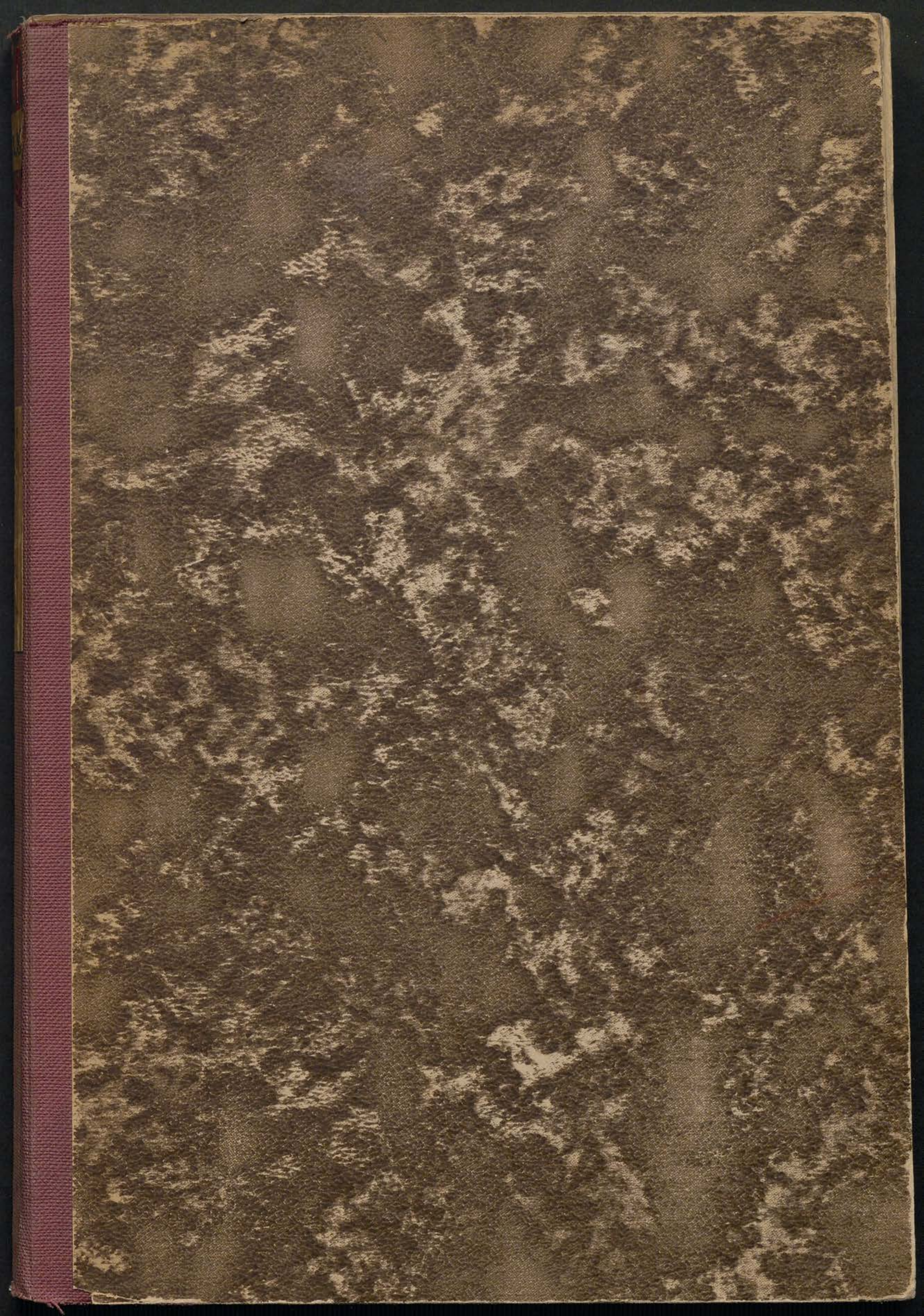

V4°
3.845
Sup



LA CUISINE FAMILIALE

H.-P. PELLAPRAT
Professeur de Cuisine
Officier de l'Instruction publique - Chevalier du Mérite agricole

LA CUISINE FAMILIALE

500 RECETTES DE CUISINE

50 GRAVURES EN COULEURS
PATISSERIE - ENTREMETS - GLACES
CONSERVES - CONFITURES - BOISSONS - ETC...
AINSI QUE LA CUISINE DE RÉGIME



FLAMMARION - ÉDITEUR
26, RUE RACINE, PARIS - VI[e]

ERRATA TABLE DES MATIÈRES

PELLAPRAT. — *La cuisine familiale.*

Cette référence peut me servir d'introduction pour présenter ce livre à la Femme Française plus que tout autre soucieuse du bien-être et du bonheur des siens ; or, la bonne table contribue puissamment à ce bien-être, puisqu'elle demeure une des rares joies que la dureté des temps nous mesure avec tant de parcimonie.

H.-P. PELLAPRAT.

IMPR. ORLEANS. 55. 01683

LA CUISINE FAMILIALE

CONSIDÉRATIONS GÉNÉRALES

Il en est de la cuisine comme de toute chose ; si simple que soit celle que l'on veut obtenir, cette simplicité ne doit pas exclure la qualité ; et il est aussi facile et pas plus dispendieux de faire bien que de faire mal. Je dirais même que cela coûte moins cher de faire quelque chose de bon avec les denrées que l'on a en main, que de mal faire, puisqu'un bon plat sera dégusté avec appétit et profit, tandis qu'il est gâché et demi-perdu s'il est manqué. La dépense qui est la même représente dans ce dernier cas de l'argent perdu.

Il ne faut donc pas croire que la bonne cuisine doit forcément coûter très cher ; non, et puisque ce sont les denrées qui coûtent cher, la meilleure économie consiste donc dans leur utilisation à bon escient.

C'est à cela que s'attachera ce livre sans prétention qui ne vise qu'à aider la ménagère, la Femme de France, dans sa tâche quotidienne au foyer, en lui enseignant les principes de la bonne et saine cuisine, l'art de reconnaître la qualité des denrées qu'elle achète, l'accommodement des restes, les temps de cuisson pour les viandes et légumes ; en un mot, nous embrasserons le problème de la cuisine dans son entier développement.

En tête de chaque chapitre, une notice en détaille tout ce qui s'y rapporte. De plus, un chapitre est consacré à la cuisine qui convient aux différents régimes auxquels peuvent éventuellement être soumis l'un quelconque des membres de la famille. Le matériel ou outillage strictement indispensable pour travailler est également indiqué ; il n'échappera à personne qu'aucun métier ne peut être exercé sans outils ; la cuisine est soumise, elle aussi, à cette règle. Ce matériel que je réduis au minimum n'est d'ailleurs pas très coûteux et, de plus, il est de très longue conservation si on en prend soin. Il faut, quand on a fini de se servir d'un outil, ou d'un moule, le nettoyer et le remettre tout de suite à sa place.

Je traite aussi des ingrédients nécessaires dans une cuisine et que l'on peut et doit avoir d'avance pour n'être pas obligé de courir après au dernier moment.

Les légumes frais seront naturellement achetés presque à mesure des besoins ; cependant, il faut avoir sous la main : pommes de terre, carottes, oignons, échalotes, ail, citrons, le tout en petite quantité. Ayant également parlé des vins, des conserves, des sirops, du service de la table, j'ai l'impression de n'avoir pas trop oublié, dans ce domaine si étendu, de choses qui intéressent la ménagère et d'être ainsi pour elle un auxiliaire utile, un aide de tous les jours et un collaborateur de son économie domestique et de son foyer.

Si j'y ai réussi, je serai récompensé de ce travail qui est le fruit d'une longue pratique et d'une expérience qui a duré déjà plus d'un demi-siècle, dont plus de trente ans consacrés à l'enseignement de mon métier, par la plume et par la parole.

Cette référence peut me servir d'introduction pour présenter ce livre à la Femme Française plus que tout autre soucieuse du bien-être et du bonheur des siens ; or, la bonne table contribue puissamment à ce bien-être, puisqu'elle demeure une des rares joies que la dureté des temps nous mesure avec tant de parcimonie.

H.-P. PELLAPRAT.

IMPR. ORLEANS. 55.01683

DICTIONNAIRE

TERMES DE CUISINE EMPLOYÉS DANS CET OUVRAGE

Abaisser. – Étendre au rouleau une pâte quelconque pour la découper ensuite avec des emporte-pièces ou l'étendre sur un moule pour le foncer (voir ce mot).

Appareil. – Mélange de différentes substances alimentaires généralement liées avec une sauce ou une crème.

Barder. – Envelopper une viande, volaille ou gibier, avec une mince lame de lard gras, pour éviter son desséchement à la cuisson.

Beurrer. – Étendre une couche de beurre fondu ou ramolli, au moyen d'un pinceau ou du bout des doigts, soit dans un moule ou au fond d'un plat.

Blanchir. – Ce mot appliqué à certains mets ou légumes, tels qu'épinards, pois, etc., signifie les cuire entièrement à l'eau, tandis que d'autres sont dits blanchis en étant simplement ébullitionnés quelques minutes, par exemple, ris de veau, tête de veau, choux verts, céleris, etc.

Braiser. – Cuire longuement une viande ou un légume avec sa sauce d'accompagnement. Un bœuf à la mode ou en daube est un braisé.

Brider. – Ce mot signifie : attacher les volailles ou gibier avant leur cuisson, au moyen de deux ficelles et d'une aiguille spéciale dite : à brider, la première tient le haut des cuisses et les ailerons bien appliqués contre le corps, et la deuxième serre fortement le bout du pilon contre la pointe de la poitrine.

Dégorger. – C'est plonger certaines viandes ou poissons dans l'eau froide pendant un certain temps pour faire évacuer le sang qu'elles contiennent et rendre plus blancs ces viandes ou poissons. Par exemple, on fait dégorger les abats, tête, ris, cervelles, pieds, et les soles ou turbots, barbues, congre, dont les chairs doivent être blanches.

Dépouiller. – Ce terme s'applique aux sauces et aux potages dont la cuisson lente et prolongée amène à leur surface une sorte de peau, des impuretés, des graisses. On appelle donc dépouiller, l'action de retirer à la cuillère toutes ces impuretés pour obtenir une sauce limpide.

Foncer. – En pâtisserie, cela signifie tapisser un moule avec une galette de pâte. Culinairement, ce mot veut dire garnir de lard gras et légumes en rouelles une cocotte ou un plat pour y faire braiser viande ou légumes.

Glacer. – Ce terme a également une double signification suivant qu'il s'applique à un plat de douceur ou à la cuisine. En pâtisserie, glacer veut dire poudrer de sucre fin le dessus d'un gâteau ou d'un entremets et le passer un instant à four vif pour caraméliser ce sucre. En cuisine, cette action a pour but de donner à un morceau

de viande braisée une apparence brillante, en le présentant pendant quelques minutes à un feu très vif et l'arrosant très souvent avec son jus un peu gras.

MASQUER OU NAPPER. – Répandre sur un mets une couche de sauce ou de crème pour l'en recouvrir complètement.

POCHER. – Se dit lorsqu'il faut obtenir la cuisson d'un mets dans un liquide qui doit rester proche de l'ébullition, mais sans bouillir. Tels les poissons, les œufs.

POÊLER. – Se dit d'une viande que l'on fait cuire à couvert, soit entièrement au beurre avec quelques condiments, pour une volaille, par exemple, ou encore lorsque après l'avoir fait rissoler et l'avoir mouillée un peu de sa sauce, on donne à cette viande le même temps de cuisson que si on la faisait rôtir. Exemple : filet de bœuf poêlé.

LES CONDIMENTS EN CUISINE

Sous le nom de condiments, on désigne ce qui sert à assaisonner ou aromatiser les mets ; le renom de la cuisine française tient précisément à ce que nos cuisiniers ont la notion très exacte du dosage des condiments.

Ceux-ci doivent toujours se trouver dans une cuisine à portée de la main, chacun dans un récipient portant son nom pour ne pas perdre son temps à chercher et bousculer toutes les boîtes pour arriver à trouver ce que l'on cherche.

En voici une nomenclature aussi complète que possible :

CONDIMENTS SECS SE CONSERVANT

Sel gros . Sel fin . Poivre en poudre . Poivre en grains . Chapelure blonde Clous de girofle . Thym et laurier . Noix de muscade . Cannelle . Épices.

CONDIMENTS PÉRISSABLES A ENTRETENIR

Oignons . Échalotes . Ail . Moutarde . Gruyère râpé . Poireaux Carottes . Navets . Citrons . Persil et fines herbes . Cornichons . Poules au pot . Tomates purée . Caramel colorant.

Un bouquet garni est composé d'une bonne pincée de persil, d'une brindille de thym et d'une demi-feuille de laurier. Il faut très peu de ces deux derniers condiments, parce qu'ils ont un arôme très prononcé qui risquerait de dénaturer le goût franc du mets auquel ils sont ajoutés. Il en est de même pour l'ail qui ne doit donner une note accentuée que dans les plats méridionaux.

Il faut aussi avoir d'avance en cuisine les herbes propres aux infusions, telles que *camomille, tilleul, verveine, anis, menthe,* etc... ; ces infusions sont souvent nécessaires le soir, alors que sont fermés les magasins où on peut se les procurer.

Le sel fin ayant l'inconvénient de se sécher en mottes dures contre lesquelles on use ses ongles, il faut, aussitôt acheté, le faire sécher au four, puis l'écraser dans un torchon, par exemple, et le passer au tamis ou à la passoire assez fine. Vous aurez alors un beau sel en poudre fine analogue au Cérébos et qui ne se mettra plus en pierres, l'humidité n'ayant plus d'action dessus.

Il est, bien entendu, recommandé d'avoir d'avance aussi une petite provision de pâtes de toute nature : *nouilles, macaroni, riz, pâtes d'Italie, tapioca, semoule, vermicelle,* etc..., puisque ces pâtes sont de longue conservation. Choisissez de bonnes marques, elles se gardent mieux. *L'huile et le vinaigre, le saindoux, la graisse ou l'huile* pour friture, doivent toujours se trouver sous la main ; ainsi que les articles de nettoyage : savons, poudre abrasive, produits sulfonés, etc....

LES POTAGES

Potage julienne —

Soupe à l'oignon -

LES POTAGES

Pour 6 personnes

LE POT-AU-FEU

Temps de cuisson, 4 h à partir de l'ébullition.

Mettre sur le feu viande et os baignant dans l'eau *froide*, puis l'amener progressivement à l'ébullition. Bien écumer à fond, puis saler et ajouter les légumes (le clou de girofle est piqué dans l'oignon). Lorsque l'ébullition reprend, écumer de nouveau, puis laisser cuire très lentement à couvert pendant 3 h. Le bouillon doit être limpide et d'une belle couleur ambrée, on peut foncer un peu sa teinte par l'addition d'un peu de colorant, soit de caramel, ou d'arome.

Avec ces proportions, on obtient 4 litres de bouillon.

5 litres d'eau froide . 1 kg. de gîte ou paleron . 200 gr. d'os . 1 cuillère 1/2 à soupe de sel 1 clou de girofle . 250 gr. de carottes . 50 gr. de navets . 3 poireaux 1 oignon . 1 bouquet garni.

CROÛTES AU POT

Après avoir fait le pot-au-feu, préparer des petites croûtes avec quelques morceaux de pain débarrassés de leur mie et les faire légèrement griller au four en les arrosant d'une cuillère de la graisse du pot-au-feu.

Couper en petits morceaux très réguliers les carottes, navets et poireaux cuits dans le bouillon, y ajouter un peu de chou vert cuit également dans du bouillon, mais à part, et le couper aussi en morceaux. Mettre les légumes dans la soupière et passer le bouillon dessus au travers d'une passoire, puis y ajouter les croûtes et une pincée de cerfeuil haché.

18 rondelles de pain . 1 petit chou-vert . 2 cuillères à café de cerfeuil haché Légumes et bouillon du pot-au-feu.

POTAGE JULIENNE AU BOUILLON

Tailler les légumes en cubes, assaisonner de sel fin, bien mélanger le tout, puis mettre dans une casserole.

Verser dessus 2 cuillères de graisse de bouillon.

Couvrir et cuire doucement, jusqu'à ce que le fond commence à roussir légèrement.

Ensuite, verser le bouillon, laisser mijoter 15 mn.

Semer dessus du cerfeuil haché.

3 blancs de poireaux . 4 carottes . 2 navets . 1/2 chou-vert . 2 litres de bouillon 1 oignon . 2 cuillères à café de cerfeuil haché.

POTAGE AU VERMICELLE

Temps de cuisson 15 à 25 mn suivant la grosseur du vermicelle.

Dégraisser le bouillon et faire tomber le vermicelle dans le bouillon bouillant.

2 litres de bouillon . 100 gr. de vermicelle.

← Salade russe

POTAGE AUX PATES D'ITALIE

Même procédé que pour le potage au vermicelle.

2 litres de bouillon . 80 gr. de pâtes d'Italie.

POTAGE AU TAPIOCA OU A LA SEMOULE

Temps de cuisson, 10 mn

Dégraisser le bouillon. Verser en pluie en remuant dans le bouillon bouillant, le tapioca ou la semoule. Cuire en remuant fréquemment pour éviter qu'il se forme une peau à la surface et s'il s'en forme une, la retirer soigneusement avant de servir.

2 litres de bouillon . 4 cuillères à soupe de tapioca ou semoule.

POTAGE A LA PAYSANNE

Temps de cuisson, 30 mn à partir de l'ébullition.

Couper en petites lames minces, carottes, navets, poireaux, choux et pommes de terre. Jeter ces légumes dans une casserole contenant le beurre, assaisonner de sel. Couvrir hermétiquement et laisser fondre ces légumes, tout doucement sur le côté du feu, puis mettre l'eau. Servir sur quelques lames de pain avec cerfeuil haché dessus.

2 poireaux . 200 gr. de carottes . 200 gr. de navets . 500 gr. de pommes de terre . 1/2 chou . 2 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel . 50 gr. de beurre 6 croûtons de pain . 1 cuillère à café de cerfeuil haché.

POTAGE AU CRESSON

Temps de cuisson, 30 mn

Mettre dans l'eau les pommes de terre, le sel et le cresson et faire cuire le tout ensemble. Une fois bien cuit, passer au tamis fin et délayer cette purée avec le lait, de façon à obtenir un potage crémeux.

Verser le potage dans la soupière, sur le pain et le beurre et quelques feuilles de cresson que l'on aura fait blanchir quelques minutes dans de l'eau bouillante.

1/2 botte de cresson . 500 gr. de pommes de terre . 12 rondelles de pain . 1 lit. 3/4 d'eau . 1 verre de lait . 1 cuillère à soupe de sel . 30 gr. de beurre.

POTAGE PARMENTIER

Temps de cuisson, 30 mn

Prendre le blanc des poireaux, les émincer finement, les faire blondir au beurre. Ajouter ensuite les pommes de terre coupées en quatre, ajouter l'eau, le sel, et laisser cuire. Une fois cuit, passer le tout au travers d'une passoire fine, puis délayer avec un peu d'eau et de lait bouilli. Faire bouillir l'ensemble, puis écumer et lier avec un jaune d'œuf; verser dans une soupière, sur le beurre. Garnir de petits croûtons frits au beurre.

3 poireaux . 600 gr. de pommes de terre . 2 litres d'eau . 50 gr. de beurre 1 verre de lait . 12 croûtons de pain . 1 jaune d'œuf . 1 cuillère à soupe de sel.

SOUPE AUX POIREAUX ET POMMES DE TERRE

Temps de cuisson, 30 mn

Faire blondir au beurre les poireaux coupés en petits morceaux ; y ajouter les pommes de terre coupées en quartiers ; mouiller ensuite avec l'eau ; saler et laisser cuire doucement. Quand tout est cuit, écraser les pommes de terre pour qu'elles forment une purée, verser le tout dans la soupière sur des tranches de pain que l'on aura fait griller au four ; ajouter ensuite un morceau de beurre frais.

3 poireaux . 300 gr. de pommes de terre . 2 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel . 24 rondelles de pain . 100 gr. de beurre.

SOUPE AUX CHOUX

Temps de cuisson, 2 h 30

Faire cuire dans une marmite soit le petit salé, soit le morceau de lard de poitrine dessalé. Quand l'ébullition survient, écumer comme un pot-au-feu, puis y ajouter le chou vert fendu en quatre, et laisser cuire ; après 1 h 30 de cuisson, ajouter les pommes de terre coupées en quartiers, le saucisson de ménage et laisser s'achever la cuisson. Tailler des tranches de pain et tremper la soupe avec la cuisson en ajoutant quelques légumes. Inutile de beurrer cette soupe.

Les choux, le lard et le saucisson se servent ensuite comme plat de résistance.

350 gr. de petit salé ou 250 gr. de lard maigre . 200 gr. de saucisson de ménage 1 chou-vert . 200 gr. de pommes de terre . 200 gr. de carottes . 200 gr. de navets 1 oignon . 6 tranches de pain . 3 litres d'eau . 1/2 cuillère à soupe de sel.

POTAGE GARBURE

Temps de cuisson, 1 h 45

Faire étuver au beurre les carottes, les navets, les pommes de terre, le chou vert. Le tout émincé très finement. Lorsque tous ces légumes sont bien cuits, on les passe au travers d'un tamis fin ; puis on mélange à cette purée quelques cuillerées de haricots blancs, cuits avec les tomates et également passés au tamis. On délaye ensuite avec l'eau et la cuisson des haricots. On fait bouillir et on sale ; puis on beurre assez fortement le potage.

Pour la garniture, on coupe des rondelles de flûte, puis on bat un œuf en ajoutant le fromage râpé, on enduit le dessus de ces tranches de flûte avec ce mélange et on les fait gratiner 5 mn à four chaud. On fait mitonner ces tranches de pain, 3 ou 4 mn, dans le potage, avant de servir.

Ce potage appartient à la cuisine béarnaise.

2 carottes . 2 navets . 3 pommes de terre . 1/2 chou-vert . 100 gr. de haricots blancs . 150 gr. de tomates . 50 gr. de beurre . 1 œuf . 50 gr. de gruyère râpé 12 rondelles de pain . 2 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel.

SOUPE A L'OIGNON AU FROMAGE

Temps de cuisson, 10 mn

Faire revenir doucement au beurre les oignons émincés finement ; lorsqu'ils sont bien roussis, les saupoudrer avec la farine, puis la laisser un peu brunir légèrement, et mouiller ensuite avec l'eau ; saler, poivrer et laisser cuire le tout 10 mn.

Après avoir préparé dans la soupière les tranches minces de pain de ménage parsemées d'un peu de gruyère frais, verser le potage dessus et couvrir environ 10 mn avant de servir.

Si on ne veut pas servir cette soupe avec l'oignon, on peut la passer en la versant sur le pain.

On peut également servir cette soupe gratinée avec ou sans oignon ; il faut pour cela la faire un peu plus épaisse et la mettre dans une soupière allant au four, semer du fromage râpé dessus puis la mettre au four bien chaud jusqu'à ce que le dessus soit bien doré.

100 gr. d'oignons . 25 gr. de farine . 1 litre 1/2 d'eau . 1 cuillère à café de sel 100 gr. de gruyère rapé . 12 rondelles de pain.

SOUPE A L'OIGNON AU LAIT

Temps de cuisson, 15 mn

Faire cuire très doucement dans le beurre les oignons émincés très fin qu'il ne faut pas roussir, mais seulement jaunir. Les mouiller alors avec le lait, qu'il est préférable de faire bouillir avant. Laisser cuire doucement, pour ne pas voir le lait déborder, puis tremper sur du pain, après avoir bien assaisonné. Inutile de mettre du beurre.

200 gr. d'oignons . 1 litre 1/2 de lait . 60 gr. de beurre . 125 gr. de pain.

SOUPE AU POTIRON

Temps de cuisson, 25mn

Couper le potiron en morceaux et le faire cuire à l'eau salée. Passer ensuite le tout au tamis fin, puis allonger le potage avec le lait pour lui donner une consistance crémeuse ; ensuite assaisonner et sucrer. Couper les tranches de pain de ménage, les mettre dans la soupe et laisser mitonner environ 10 mn. Retirer du feu et beurrer, puis verser le tout dans une soupière.

1 kg. de potiron . 1 litre 1/2 de lait . 1/2 litre d'eau . 1/4 cuillère à soupe de sel 2 cuillères à soupe de sucre . 30 gr. de beurre . 12 rondelles de pain.

SOUPE A L'OSEILLE

Temps de cuisson, 3/4 d'h

Éplucher l'oseille en ôtant les queues, la laver et presser dans les mains, puis la couper en menus filets ; la jeter dans une casserole contenant le beurre bien chaud, la remuer jusqu'à ce qu'elle soit fondue et la mouiller avec l'eau, ajouter les pommes de terre bien farineuses, pelées et coupées en quartiers, saler et laisser cuire. Passer ensuite ou écraser simplement à la fourchette les pommes de terre ; si la soupe est trop épaisse,

ajouter un peu d'eau, casser un œuf entier dans la soupière, le battre avec le lait froid et verser la soupe dessus, aussitôt mettre des lames de pain et un peu de cerfeuil haché. Ne pas faire bouillir avec l'œuf.

On peut faire cuire du vermicelle dans la soupe, ou des pâtes au lieu de pain.

250 gr. d'oseille . 50 gr. de beurre . 250 gr. de pommes de terre . 1 œuf 1 verre de lait . 2 litres d'eau . 12 croûtons de pain . 1 cuillère à soupe de sel.

SOUPE A LA TOMATE

Temps de cuisson, 45 mn

Faire blondir au beurre les oignons et la carotte émincés, ajouter ensuite la farine, puis les tomates bien mûres écrasées seulement à la main; on met tout, graines et eau. Délayer dans le roux, ajouter l'eau, sel, poivre et sucre, une branche de persil; laisser cuire doucement. Passer à la passoire assez fine pour que les graines ne passent pas. Remettre ensuite dans la casserole et éclaircir, avec du bouillon de préférence, ou, à défaut, de l'eau. Il doit être un peu velouté ; y ajouter le beurre frais et le riz que l'on aura cuit à part 20 mn dans du bouillon. Ce potage est délicieux. On peut mettre 3 cuillères de tapioca au lieu de riz.

500 gr. de tomates . 100 gr. d'oignons . 1 carotte . 1 cuillère à soupe de farine 50 gr. de beurre . 60 gr. de riz . 2 litres d'eau . 1/2 cuillère à soupe de sel 2 morceaux de sucre.

PANADE

Temps de cuisson, 15 mn

Cette soupe se fait avec les croûtes de pain qui peuvent rester des repas. Mettre ces croûtes dans la casserole avec l'eau froide, saler, poivrer et mettre au feu ; quand l'ébullition est franchement acquise, retirer du feu et broyer vigoureusement avec un fouet en fil de fer. Ajouter le lait bouillant, vérifier l'assaisonnement, puis battre l'œuf entier (ou deux) avec la tasse de lait, et verser dans la panade bouillante, mais hors du feu, ajouter le beurre et servir. La panade doit être un peu épaisse et former bouillie.

250 gr. de pain . 1 litre 1/2 d'eau . 1/2 litre plus 1 tasse de lait . 1 œuf . 1 cuillère à soupe de sel . 30 gr. de beurre.

POTAGE AUX POIS CASSÉS DIT (ST-GERMAIN)

Temps de cuisson, 1 h 30

Faire d'abord tremper les pois cassés avec 1 litre d'eau pour les recouvrir, pas plus, sans les saler ; les mettre sur le feu ; ajouter, quand ils sont écumés, l'oignon et la carotte en morceaux, couvrir et laisser cuire doucement. Quand c'est bien cuit, ce doit être à sec; passer alors à la passoire fine, puis délayer la purée avec 1 litre d'eau, pour que le potage devienne crémeux, mais pas par trop épais. Le saler alors et ajouter une pincée de sucre pour combattre l'âcreté de la purée de pois. Faire bouillir, écumer et mettre le beurre hors du feu. Garnir facultativement avec des petits croûtons de pain frits au beurre (purée aux croûtons) ou du riz ou du tapioca, du vermicelle, de l'oseille, etc....

300 gr. de pois cassés . 2 litres d'eau . 1 oignon . 1 carotte . 1/4 cuillère à soupe de sel . 30 gr. plus 50 gr. de beurre pour les croûtons . 18 petits croûtons de pain ou 3 cuillères à soupe de riz.

POTAGE AUX HARICOTS BLANCS (SOISSONNAIS)

Temps de cuisson, 2 h

Cuire les haricots blancs à l'eau, comme il est dit au chapitre des légumes secs, puis les passer à la passoire fine et mouiller la purée avec la cuisson des haricots et le lait pour amener le potage à consistance de velouté ; le beurrer et assaisonner à point et le garnir de croûtons de pain frits au beurre ; on peut le lier avec un jaune d'œuf, mais hors du feu.

On peut aussi pour varier garnir ce potage comme le précédent avec riz, ou vermicelle, tapioca, oseille, etc... ; dans ce cas, le riz ou le vermicelle est cuit à part, l'oseille est fondue au beurre avant, et le tapioca est cuit dans le potage avant la liaison ; dans ce dernier cas, on le tient plus clair, le tapioca épaississant beaucoup.

250 gr. de haricots blancs . 1 verre de lait . 50 gr. de beurre . 1 jaune d'œuf 12 petits croûtons de pain . 2 litres d'eau . 1/2 cuillère à soupe de sel.

POTAGE CONTI

Temps de cuisson, 1 h 30

Même procédé avec des lentilles, ni l'un ni l'autre n'ont besoin de liaison de jaune d'œuf, mais on peut le faire quand même.

250 gr. de lentilles . 1 verre de lait . 50 gr. de beurre . 1 jaune d'œuf . 12 petits croûtons de pain . 2 litres d'eau . 1/4 cuillère à soupe de sel.

POTAGE CONDÉ

Temps de cuisson, 2 h 30

Même procédé que pour potage aux haricots blancs mais avec des haricots rouges.

POTAGE ÉCLAIR

Temps de cuisson, 15 à 25 mn selon la grosseur.

Ce potage justifie son nom par la rapidité de son exécution. Faire bouillir l'eau salée, puis y verser le vermicelle ; quand celui-ci est cuit, battre dans la soupière même, les œufs entiers avec le lait, un peu chaud, et verser le vermicelle en délayant. Goûter l'assaisonnement et servir.

1 litre 1/2 d'eau . 150 gr. de vermicelle . 2 œufs . 1/4 de litre de lait . 1 cuillère à soupe de sel.

CRÈME DE RIZ (VELOUTÉ)

Temps de cuisson, 20 mn

Délayer le beurre fondu avec la crème de riz, cuire un instant et mouiller avec l'eau et le lait bouilli ; remuer jusqu'à l'ébullition puis laisser cuire lentement ; lier ensuite avec les jaunes d'œufs et un peu de lait sans laisser bouillir et garnir soit de riz cuit à part, soit de croûtons de pain.

60 gr. de crème de riz . 50 gr. de beurre . 1 litre 1/2 d'eau ou de bouillon . 1 verre de lait . 2 jaunes d'œufs . 2 cuillères à soupe de riz . 1/4 cuillère à soupe de sel.

CRÈME D'ASPERGES

Temps de cuisson, 45 mn

Faire un roux avec le beurre et la crème de riz ; le laisser cuire 2 mn et le mouiller avec l'eau. Remuer jusqu'à l'ébullition et y ajouter les pointes d'asperges vertes que l'on a épluchées et fait blanchir 5 ou 6 mn à l'eau salée. Laisser cuire le tout ensemble à petit feu, puis écumer ce potage et le passer au tamis fin ; remettre à bouillir avec le lait bouilli tout en le conservant bien crémeux. Le lier avec jaunes d'œufs, crème et beurre. Y ajouter comme garniture quelques sommités d'asperges conservées à cet effet et cuites à l'eau salée pour qu'elles soient très vertes. On peut aussi faire le potage avec un reste d'asperges de la veille.

500 gr. d'asperges . 50 gr. de beurre . 50 gr. de crème de riz . 1 verre de lait 2 jaunes d'œufs . 1 décilitre de crème . 1 litre 1/2 d'eau . 1 cuillère à soupe de sel.

CRÈME DE LAITUES

Temps de cuisson, 1 h

Même procédé que pour faire la crème d'asperges en employant des feuilles vertes de laitue, que l'on blanchit d'abord à l'eau, et qui finissent de cuire dans une crème de riz.

200 gr. de laitues . 50 gr. de beurre . 50 gr. de crème de riz . 1 verre de lait 2 jaunes d'œufs . 1 décilitre de crème . 1 litre 1/2 d'eau . 1/4 cuillère à soupe de sel.

CRÈME DUBARRY

Temps de cuisson, 20 mn

Faire blanchir le chou-fleur pendant 8 à 10 mn, puis préparer un petit roux composé de beurre et de farine, mouiller avec l'eau, et quand elle bout, y mettre le chou-fleur finir de cuire très doucement. Écumer le potage et passer le tout au tamis très fin. Remettre à bouillir avec le lait, lier avec jaunes et crème et garnir de petits croûtons ou de petits bouquets de chou-fleur ce potage qui doit être bien crémeux.

Ce potage peut aussi être fait avec un reste de chou-fleur, insuffisant pour servir de légume.

1 petit chou-fleur . 30 gr. de beurre . 40 gr. de farine . 1 litre 1/2 d'eau 1 verre de lait . 2 jaunes d'œufs . 1 décilitre de crème.

POTAGE CRÉCY AU RIZ

Temps de cuisson, 1 h

Émincer les oignons, et couper en petits lardons le lard maigre ; les faire blondir au beurre, puis ajouter les carottes bien rouges émincées en rondelles, mouiller avec l'eau. Ajouter le riz, saler, poivrer et cuire doucement. Passer le tout ensuite au tamis très fin, délayer la purée avec l'eau pour en faire un potage crémeux, assaisonner à point. Ajouter beurre et lait. Garnir de quelques cuillères de riz cuit au bouillon si on le désire.

50 gr. d'oignons . 100 gr. de lard maigre . 300 gr. de carottes . 80 gr. de riz 1 litre 1/2 d'eau . 1/4 cuillère à soupe de sel . 20 gr. de beurre . 1 verre de lait.

POTAGE VELOURS

Temps de cuisson, 45 mn

Même procédé que pour le potage Crécy au riz, mais le tenir plus clair et faire cuire dedans 3 ou 4 cuillères de tapioca qui remplacera le riz de la garniture.

BOUILLON DE LÉGUMES

Temps de cuisson, 1 h

Les bouillons de légumes sont prescrits dans de nombreux régimes. Voici comment on les obtient : couper assez menus : carottes, navet, poireaux, pomme de terre, céleri, cerfeuil (jamais de chou). Ajouter l'eau, saler et cuire doucement sans couvrir la casserole, Égoutter les légumes, prendre le bouillon, dans lequel on peut faire cuire tapioca ou pâtes selon les prescriptions du docteur.

3 carottes . 1 navet . 2 poireaux . 1 pomme de terre . 1 petite branche de céleri 1 branche de cerfeuil . 2 litres d'eau . 1/4 cuillère à soupe de sel.

BOUILLON AUX HERBES

Temps de cuisson, 45 mn

Comme succédané d'une purge, on doit donner aux enfants surtout ce bouillon que l'on fait en coupant en morceaux et cuisant dans l'eau, l'oseille, les feuilles de laitues, le cerfeuil et le poireau. Passer à mesure des besoins.

100 gr. d'oseille . 100 gr. de laitue . 1 petit bouquet de cerfeuil . 1 poireau 2 litres d'eau . 1/2 cuillère à soupe de sel.

BOUILLIE A LA FARINE POUR BÉBÉS (SIX MOIS)

Pour 1 repas
Temps de cuisson, 5 à 20 mn selon la farine.

Pour les enfants du premier âge, on fait parfois des bouillies, très nutritives, très saines, et généralement prisées des enfants.

Délayer à froid dans une petite casserole la farine avec le lait, si possible, battre avec un fouet pour bien lisser et mettre au feu doux, sans cesser de remuer ; si c'est trop épais, remettre un peu de lait ; ajouter le sel et le sucre en cuisant.

La bouillie doit être assez fluide pour pouvoir être prise au biberon ; mais en général, on la donne à la cuillère comme une crème légère.

Les Phosphatines, Racahouts, farine Nestlé, etc..., se font de même en supprimant la farine que ces produits remplacent suivant les indications qui les accompagnent.

175 gr. de lait . 1 cuillère à soupe de farine de blé . 1 pincée de sel . 2 morceaux de sucre.

LES HORS-D'ŒUVRE

Salade niçoise ↑

Filets de harengs à la russe →

LES HORS-D'ŒUVRE

Pour 6 personnes

HORS-D'ŒUVRE FROIDS

Il n'est pas négligeable d'étudier un peu le chapitre des hors-d'œuvre ; il permet d'utiliser des petits restes ; donc il est générateur d'économie.

De plus, dans un déjeuner, quelques raviers de hors-d'œuvre remplacent un plat de viande, on peut dire des hors-d'œuvre, ce que l'on dit de certaines pâtes alimentaires ; ils *régalent et nourrissent*. C'est donc encore un élément économique puisque après s'être régalé de hors-d'œuvre, on attaquera avec un appétit diminué les plats suivants. J'ai donc cru nécessaire de donner quelques recettes types qui permettront à la ménagère de savoir garnir agréablement et économiquement ses raviers.

Voici quelques salades et quelques petites fantaisies.

SALADE DE CÉLERI RÉMOULADE

Préparation, 15 mn

Émincer le céleri en branches aussi finement que l'on peut et l'assaisonner avec une sorte de mayonnaise que l'on fait sans jaunes d'œufs, mais en les remplaçant par la moutarde ; bien éponger le céleri et l'assaisonner 1 h ou 2 d'avance.

1 petit céleri en branche . 2 cuillères à café de moutarde . 1 verre d'huile 1/2 cuillère à café de sel . 1 cuillère à soupe de vinaigre . 1 pincée de poivre.

CÉLERI-RAVE RÉMOULADE

Préparation, 20 mn

Tailler le céleri en fine julienne, le jeter dans de l'eau bouillante, lui laisser reprendre un bon bouillon car il ne s'agit pas de le cuire, mais seulement de l'attendrir ; l'égoutter alors sur un linge et l'assaisonner tout chaud avec la sauce indiquée ci-dessus.

Bien entendu que si on fait une vraie mayonnaise avec jaunes d'œufs, bien moutardée, ce ne sera que meilleur ; mais plus coûteux.

1 céleri-rave . 2 cuillères à café de moutarde . 1 verre d'huile . 1/2 cuillère à café de sel . 1 cuillère à soupe de vinaigre . 1 pincée de poivre.

SALADE DE CONCOMBRE

Préparation, 40 mn

Peler et partager le concombre en deux et ôter les graines et le milieu ; le couper en minces demi-lunes et au lieu de le faire dégorger au sel fin, je recommande de le mettre dans une terrine d'eau froide salée pendant 30 mn. Les égoutter et bien presser dans les mains et les assaisonner en vinaigrette avec fines herbes hachées. Le concombre ainsi traité reste croquant au lieu d'être mou.

1 concombre . 1 cuillère à soupe de vinaigrette . 3 cuillères à soupe d'huile 2 cuillères à café de fines herbes hachées.

← Salade de langouste

SALADE RUSSE

Préparation, 45 mn
Cuisson des légumes en plus

Cette salade est composée de toutes sortes de légumes cuits à l'eau séparément. Les égoutter, laisser refroidir, et couper en petits dés. Les lier avec la sauce mayonnaise.

Une fois dressée en raviers, cette salade se décore avec des tranches d'œufs durs, de tomates, de betteraves ou sur des feuilles de laitue.

Un hors-d'œuvre bien décoré et présenté stimule l'appétit et dénote le goût de la ménagère.

1 fond d'artichaut . 100 gr. de haricots verts . 50 gr. de haricots blancs . 2 carottes 100 gr. de petits pois écossés . 100 gr. de tomates . 100 gr. de chou-fleur . 6 à 8 olives . 2 œufs durs . 1 laitue . 1/4 litre de mayonnaise.

SALADE DE TOMATES

Préparation, 10 mn

Peler les tomates. Pour cela, les tremper une demi-minute dans l'eau bouillante ; la peau se retire aisément.

Les couper en lames et les arroser avec la vinaigrette, ranger dessus des anneaux d'oignons avec le persil haché dans chacun.

250 gr. de tomates . 4 cuillères à soupe de sauce vinaigrette . 1 oignon 1 cuillère à soupe de persil haché.

SALADE NIÇOISE

Préparation, 20 mn

Faire cuire les haricots verts à l'eau bouillante salée, les égoutter. Éplucher les pommes de terre cuites à l'eau et refroidies, les couper en rondelles assez minces. Éplucher les tomates, les couper non en rondelles mais en huit ou douze quartiers selon la grosseur.

Dénoyauter les olives. Préparer la sauce vinaigrette, assaisonner séparément, les haricots verts, les pommes de terre et les tomates. Laisser macérer 30 mn.

Dresser dans une jatte ou un saladier les haricots verts au milieu, entourés de pommes de terre, le tout recouvert des tomates.

Décorer avec les anchois, les olives et les câpres. Arroser avec la sauce vinaigrette restant des salades.

250 gr. de haricots verts . 250 gr. de tomates . 250 gr. de pommes de terre cuites à l'eau . 100 gr. environ d'olives noires ou vertes . 1 ou 2 cuillères à café de câpres 12 ou 18 filets d'anchois . Sauce vinaigrette : 2 cuillères à soupe de vinaigre 5 cuillères à soupe d'huile . 1/2 cuillère à café de sel fin . poivre facultatif.

SALADE DE BŒUF

Préparation, 10 mn

Couper le bœuf bouilli en dés, ajouter fines herbes et oignons hachés et assaisonner en salade.

Lorsque, dans un pot-au-feu, des tendons ou des parties cartilagineuses ne sont pas consommées, on peut les assaisonner de cette façon et constituer un excellent hors-d'œuvre.

Le museau de bœuf s'accommode de même.

200 gr. de bœuf bouilli . 2 oignons . 1 cuillère à café de persil haché . 1 cuillère à café de ciboule hachée . 1 cuillère à café de cerfeuil haché . 4 cuillères à soupe de vinaigrette.

SALADE DE PIEDS DE VEAU

Préparation, 10 mn

Assaisonner en salade de la même façon que le museau de bœuf, les pieds de veau ayant servi à faire de la gelée d'aspic. Y mélanger les œufs durs hachés.

NOTA. — Pour ces sortes de salades, il est nécessaire de les assaisonner à chaud, ce qui n'empêche qu'elles soient servies froides.

2 pieds de veau . 2 œufs durs.

GOURILLOS A LA NIÇOISE

Temps de cuisson, 30 mn

Les gourillos permettent d'utiliser les trognons de chicorées ou de scaroles au lieu de les jeter ; les gratter et nettoyer, les ébouillanter 10 mn et les cuire avec eau, oignons, huile, grains de poivre, jus de citron et les tomates coupées. Cuire et servir glacé.

6 trognons . 1/2 litre d'eau . 2 oignons . 1 cuillère à soupe d'huile . 2 tomates 1/2 citron . 1 pincée de poivre.

FILETS DE HARENGS SAURS

Préparation, 10 mn

Les couper en deux, les dresser sur les pommes de terre en salade, les arroser d'huile et placer dessus des anneaux d'oignons. On peut aussi ajouter un bon filet de vin blanc.

6 filets de harengs saurs . 250 gr. de pommes de terre . 1 cuillère à soupe d'huile 2 oignons . 1 cuillère à soupe de vin blanc . 5 cuillères à soupe de vinaigrette.

FILETS DE HARENGS A LA RUSSE

Préparation, 10 mn

Préparation qui paraît originale et baroque si on n'y a pas goûté, mais qui plaît ensuite. Peler et couper en petits dés les pommes de rainette, les mettre au fond du ravier, disposer dessus en quadrillage les filets de harengs émincés. Arroser copieusement de vin blanc, un filet de vinaigre et huile, et l'oignon haché.

Si les pommes sont un peu sûres, le résultat est supérieur. On ajoute parfois de l'oignon haché avec les pommes.

12 filets de harengs . pommes de rainette . 6 cuillères à soupe de vin blanc 1/2 cuillère à soupe de vinaigre . 1 cuillère à soupe d'huile . 1/2 oignon.

SALADE DE CHOU ROUGE

Couper le chou en petits filets, le poudrer de sel fin, l'arroser de vinaigre et le mettre à four doux pour l'attendrir pendant 30 mn. L'égoutter ensuite et l'assaisonner en salade avec un peu d'oignon finement haché. Mettre peu de sel et de vinaigre puisqu'il y en a déjà eu pour l'étuver. Ainsi traité, il est tendre et reste bien rouge.

1 petit chou rouge . 1 petit oignon . 1/2 cuillère à café de sel fin . 4 cuillères à soupe de vinaigrette.

SALADE DE LANGOUSTE

On peut employer un reste de langouste ou de homard de la veille, ou encore une boîte de conserve ; mettre au fond du ravier une petite poignée de feuilles de laitue émincées, disposer le poisson fragmenté dessus et napper le tout avec une mayonnaise très relevée. Décorer avec un œuf dur coupé en tranches et des cœurs de laitues fendus en quatre.

Un reste de langouste ou homard ou 250 gr. en boîte de conserve . 1 laitue . 2 cœurs de laitue . 1 œuf . 4 cuillères à soupe de mayonnaise.

TOMATE A L'ANTIBOISE

Écraser une petite boîte de thon à l'huile avec gros comme un œuf de beurre, quatre ou cinq cuillères d'huile d'olive, sel et poivre, de façon à obtenir une purée crémeuse ; ouvrir les tomates, les creuser, les saler et vinaigrer en dedans et les laisser un quart d'heure dégorger ; les égoutter et les remplir avec la crème de thon. Les dresser sur un lit de persil frisé ; c'est absolument délicieux.

250 gr. de thon à l'huile . 6 tomates . 60 gr. de beurre . 4 cuillères à soupe d'huile . 1 œuf . 12 branches de persil frisé . 2 cuillères à café de sel 2 pincées de poivre.

MOULES A LA FÉCAMPOISE

Choisir de grosses moules et les cuire suivant le procédé habituel (voir au chapitre des mollusques), les retirer de la coquille, et retirer la membrane qui les entoure. Mêler ces moules avec des pommes de terre et du céleri cuits, dresser en ravier et napper copieusement de mayonnaise. Semer du cerfeuil.

1 litre de moules . 200 gr. de pommes de terre . 100 gr. de céleri . 2 cuillères à café de cerfeuil haché . 5 cuillères à soupe de mayonnaise.

LÉGUMES A LA GRECQUE

Beaucoup de légumes peuvent se préparer de cette façon et sont les uns et les autres très bons. Comme type, on peut prendre les artichauts que l'on apprête suivant la formule des artichauts à la grecque et que l'on peut remplacer par céleri, fenouil, blanc de poireaux.

ARTICHAUTS A LA GRECQUE

Première méthode : Cuire de très petits artichauts, ou des quartiers s'ils sont gros, les mettre dans une casserole, avec le vin blanc et le bouillon ou l'eau, des petits oignons, une pincée de grains de poivre, le sel et une feuille de laurier, arroser d'un demi-verre d'huile et cuire à feu assez vif pendant 40 à 45 mn. Les servir froids avec sauce, oignons et poivre.

Deuxième méthode : La cuisson peut aussi se faire sans vin blanc simplement avec un demi-litre d'eau, un verre d'huile et deux jus de citron plus l'assaisonnement.

18 petits artichauts . 100 gr. de petits oignons . 1/2 verre de vin blanc . 1 verre d'eau . 1/2 verre d'huile . 1 pincée de grains de poivre . 1/2 cuillère à café de sel 1 feuille de laurier.

HORS-D'ŒUVRE CHAUDS
OU L'ART D'ACCOMMODER LES RESTES

Il y a une sorte de petits mets légers qui se classent dans les petites entrées et peuvent aussi se présenter comme petits hors-d'œuvre chauds. De cette catégorie sont les bouchées feuilletées, les petits pâtés chauds, les allumettes ou fromage et en général ces hors-d'œuvre constituent une manière de présenter des restes très gracieusement et de très appétissante façon : en voici quelques exemples.

NOTA. — Toutes les viandes et même le poisson de desserte peuvent être employés indifféremment suivant les données ci-après.

RISSOLES DE VOLAILLE

Temps de préparation, 40 mn

Ceci pour un très petit reste que l'on prépare comme pour croquettes. Prendre un reste de pâte feuilletée ou de pâte à croustade (voir pâtes), l'étendre au rouleau de l'épaisseur d'une pièce de monnaie et la découper avec un emporte-pièce cannelé assez grand et rond. Mouiller le tour de cette galette de pâte avec un peu d'eau, garnir le milieu d'une boulette de hachis de volaille mélangé à la sauce béchamel et rabattre la pâte pour l'y enfermer en donnant ainsi la forme d'un chausson ou d'une demi-lune. Bien souder en appuyant les deux pâtes ensemble et frire à friture brûlante. Dresser sur serviette, sans sauce et avec bouquet de persil frit.

Pâte feuilletée avec 150 gr. de farine . ou pâte brisée avec 250 gr. de farine . 150 gr. de volaille hachée . 2 cuillères à soupe de sauce béchamel épaisse . 12 branches de persil . bain de friture d'huile ou saindoux.

CROMESQUIS DE VOLAILLE

Temps de cuisson, 6 à 8 mn

Préparer de toutes petites croquettes en forme de bouchons et au lieu de les paner au pain, les tremper dans la pâte à frire, les frire à friture brûlante 5 à 6 mn et servir sur serviette avec accompagnement de sauce tomate.

250 gr. de hachis de volaille . 2 cuillères à soupe de sauce béchamel . Pâte à frire avec 100 gr. de farine Bain de friture : huile ou saindoux . 3 décilitres de sauce tomate.

FRITOT DE VOLAILLE

Temps de cuisson, 6 à 8 mn

Faire macérer avec jus de citron, fines herbes, sel et poivre, un reste de poulet coupé en assez petits morceaux désossés. Les tremper dans de la pâte à frire et les plonger à friture brûlante 6 à 8 mn. Servir avec sauce tomate.

1 assiettée reste de volaille . 1 jus de citron . 2 cuillères à café de fines herbes 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre.

CROUSTADES EN POMMES D'OR

Temps de cuisson total, 45 mn

Faire cuire les pommes de terre en purée puis les égoutter, les passer au tamis et dessécher cette purée sur le feu avec le beurre ; la retirer ensuite et la lier avec les jaunes d'œufs, l'assaisonner de bon goût et la faire refroidir, puis diviser cette pomme de terre en morceaux que l'on roule en boule sur la table farinée en leur donnant la forme et la grosseur d'une belle mandarine, les paner à l'anglaise et faire sur le dessus une incision ronde formant couvercle. Les frire dans une friture brûlante puis détacher le couvercle et très délicatement vider l'intérieur en laissant une petite épaisseur suffisante pour assurer la solidité. Ces croustades se garnissent de toutes sortes de manières avec des restes de viande, volaille, poisson, légumes, œufs brouillés, épinards, etc.... Elles peuvent même être employées comme garniture de pièce de viande.

500 gr. de pommes de terre . 3 jaunes d'œufs . 60 gr. de beurre . garnitures diverses . huile ou saindoux pour bain de friture . 2 cuillères à soupe de farine 2 cuillères à soupe de chapelure . 1 œuf.

BEIGNETS DE POISSON

Temps de cuisson total, 45 mn

Préparer une petite quantité de pommes de terre comme pour les croustades en pommes d'or et y mélanger une quantité égale de poisson cuit réduit en purée, haché ou écrasé, soit un reste de saumon, de turbot, de colin ou même de morue, ce qui est délicieux même pour ceux qui sont réfractaires à la morue. Ajouter à ce mélange un peu d'oignons hachés cuits au beurre, un œuf ou deux suivant la quantité et un peu de poivre (pas de sel s'il s'agit de morue). Lorsque le mélange est bien trituré, on en fait des boulettes aplaties, roulées dans la farine et frites au dernier moment. Dressées sur serviette et accompagnées de beurre fondu ou de sauce crème.

300 gr. de pommes de terre . 300 gr. de poisson cuit . 2 petits oignons . 1 ou 2 œufs . 100 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe de farine.

TARTINES MARQUISE

Temps de cuisson, 6 à 8 mn

Tailler des rondelles de mie de pain, soit dans du pain de mie, soit dans du gros pain ordinaire rassis en leur donnant 6 cm. de large et 1,5 cm. d'épaisseur ; les recouvrir d'une couche de béchamel épaisse liée avec les jaunes d'œufs et additionnée du gruyère râpé. La sauce doit être bien épaisse et liée aux jaunes. Plonger ces tartines dans la friture brûlante le côté sauce dessus et les laisser frire jusqu'à ce qu'elles soient bien croustillantes. Servir sur serviette.

200 gr. de pain de mie . 1/4 de litre de lait . 50 gr. de beurre . 2 jaunes d'œufs 40 gr. de farine . 100 gr. de gruyère . huile ou saindoux pour bain de friture.

ÉMINCÉ DE VOLAILLE A LA DUCHESSE

Temps de cuisson, 20 mn

Faire une bordure en pommes de terre duchesse sur un plat à gratin, remplir le centre avec un reste de volaille émincé mélangé de champignons aussi émincés et napper copieusement cette viande avec de la sauce Mornay (voir sauces), semer dessus de la chapelure et faire gratiner doucement pour donner le temps de réchauffer la volaille.

200 gr. de volaille . 125 gr. de champignons . 250 gr. de pommes de terre 2 cuillères à soupe de chapelure . 3 décilitres de sauce Mornay.

COQUILLE DE VOLAILLE A LA MORNAY

Temps de cuisson, 25 mn

Émincer finement ou couper en gros dés un reste de volaille, en remplir à moitié des coquilles Saint-Jacques et les napper de sauce Mornay. Semer dessus chapelure et fromage et faire gratiner. Dresser sur serviette avec persil frisé au milieu. Si on n'a pas beaucoup de volaille, on fera autour des coquilles un cordon de pommes de terre duchesse, ce qui rendra la présentation plus copieuse.

250 gr. de volaille . 2 cuillères à soupe de chapelure . 100 gr. de gruyère râpé 1/2 litre de sauce Mornay.

CROQUETTES DE VIANDE

Temps de cuisson, 5 mn

Couper en dés, très finement, de la viande blanche de desserte, veau, volaille, etc..., y mêler un peu de jambon et champignons hachés, puis lier le tout avec très peu de béchamel et les jaunes d'œufs. Diviser et rouler cet appareil en forme de bouchons, les paner à l'œuf et à la chapelure blonde et les faire frire 5 mn avant de servir à friture brûlante. Dresser sur serviette avec persil frit, et sauce à part, soit tomate, madère, périgueux, etc....

300 gr. de veau . 125 gr. de jambon . 100 gr. de mie de pain . 2 œufs . 30 gr. de beurre . 30 gr. de farine . 1 verre de lait . 50 gr. de chapelure . 2 cuillères à soupe de béchamel.

ÉMINCÉ DE GIGOT SAUCE PIQUANTE

Temps de cuisson, 6 à 8 mn

Lorsque l'on a un reste de gigot que l'on désire servir chaud, on a la ressource de le présenter soit en hachis, soit avec une sauce. Généralement c'est la sauce piquante qui est employée. (Pour la faire, voyez sauces.) L'essentiel est d'éviter que la sauce bouille avec la viande dedans ; car celle-ci deviendrait dure aux premiers bouillons ; vous la verriez se racornir par suite du rétrécissement des nerfs. Il faut couper la viande en lames assez minces, les ranger dans un plat chaud, sans risquer de voir bouillir la sauce et en 5 à 6 mn il est prêt à servir. Il est évident que s'il s'agit de viandes très cuites à réchauffer comme le bœuf bouilli, le veau braisé, etc..., il n'y a aucun inconvénient à laisser bouillonner sauce et viande.

12 tranches de gigot . 1/3 de litre de sauce piquante.

QUICHE A LA LORRAINE

Temps de cuisson, 30 mn

Excellent plat régional qui est en somme une tarte soit sucrée comme un flan au lait, soit plus généralement au lard fumé ou au fromage et parfois aux deux éléments associés comme nous l'indiquons ici. Avec une pâte à tarte, on fonce un moule, cercle ou tôle creuse (voir pâtes). Piquer le fond avec le petit couteau, puis ranger dedans des lames minces de lard fumé bien grillé, de ce bon lard qui pend dans toutes les cheminées, lorraines ; recouvrir le lard de lames de gruyère, puis battre les œufs entiers, avec poivre et peu de sel en raison du lard et fromage déjà salés. Mêler à ces œufs du lait froid non écrémé et cuire la tarte à four bien chaud. Servir aussitôt alors que la quiche se présente toute soufflée.

Pâte brisée avec 200 gr. de farine . 125 gr. de lard fumé . 60 gr. de gruyère 3 œufs . 1/2 litre de lait . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre.

Croustades en pommes d'or —
Quiche lorraine

LES SAUCES

— Maquereaux marinés

← Colin à la Dugléré

LES SAUCES

Pour 6 personnes

LES SAUCES CHAUDES

SAUCE BÉCHAMEL

Temps de cuisson, 10 mn

Faire fondre le beurre dans une petite casserole, et y mélanger la farine. Aussitôt mélangé, mouiller avec le lait, saler, poivrer et remuer jusqu'à l'ébullition, la sauce doit être assez épaisse, fortement crémeuse ; la laisser cuire tout doucement quelques minutes, puis la terminer suivant son emploi.

40 gr. de beurre . 40 gr. de farine . 1/2 litre de lait . 1/2 cuillère à café de sel.

SAUCE MORNAY

Temps de cuisson, 10 mn

La sauce Mornay s'obtient en ajoutant à la béchamel le gruyère râpé ou le parmesan ; elle sert pour napper des choses diverses qui sont toujours servies gratinées.

Quantités ci-dessus de sauce béchamel . 60 gr. de gruyère râpé . ou 40 gr. de parmesan.

SAUCE BLANCHE

Temps de cuisson, 10 mn

Cette sauce est celle que l'on sert avec asperges, chou-fleur, poissons bouillis, etc....

Faire fondre le beurre ; aussitôt y mélanger la farine et tout de suite mouiller avec l'eau froide ; ajouter de suite, sel, poivre et jaune d'œuf, puis remettre la sauce sur le feu et la remuer très vite avec un fouet jusqu'à ce qu'elle jette un bon bouillon. Aussitôt, retirer du feu, mettre un œuf de beurre dans cette sauce et généralement un demi-jus de citron ou un filet de vinaigre.

Cette sauce ne tournera pas si on la remue très vite avec un fouet et l'enlève du feu dès le premier bouillon acquis.

30 gr. puis 30 gr. de beurre . 40 gr. de farine . 1/2 litre d'eau ou court-bouillon 1/2 cuillère à café de sel . 1 jaune d'œuf . 1/2 jus de citron.

SAUCE AUX CAPRES

Temps de cuisson, 10 mn

Dans la sauce blanche, ajouter des câpres au vinaigre. Il est inutile, par conséquent, de mettre citron ou vinaigre dans cette sauce qui sert toujours pour le poisson.

Voir ci-dessus pour sauce blanche . 100 gr. de câpres.

SAUCE ITALIENNE

Temps de cuisson, 20 mn

Faire blondir au beurre (ou à l'huile) les échalotes hachées, y jeter ensuite les champignons crus hachés, et le jambon coupé en petits dés. Laisser cuire jusqu'à ce que l'on entende les champignons rissoler, les mouiller alors avec le vin blanc et la sauce tomate préparée à part. Saler, poivrer assez relevé, et laisser mijoter 15 mn.

Corser un peu cette sauce, soit avec du bon jus de viande de reste, soit avec un concentré quelconque. Le meilleur à mon avis, c'est la Poule au Pot qui permet d'obtenir une cuisine plus riche en remplaçant le bouillon que l'on n'a pas toujours sous la main dans un ménage modeste.

50 gr. de beurre ou d'huile . 30 gr. de farine . 3 échalottes . 125 gr. de champignons . 50 gr. de jambon . 1/2 verre de vin blanc . 1/4 de litre de sauce tomate . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre.

VÉRITABLE SAUCE HOLLANDAISE

Temps de cuisson, 15 mn

Mettre dans une petite casserole le poivre et le vinaigre et réduire au feu jusqu'à l'évaporation presque totale du vinaigre, refroidir la casserole, y mettre les jaunes d'œufs, le sel fin, une larme d'eau, puis placer cette casserole au bain-marie pas trop chaud (60 °C) et tourner vivement les jaunes avec le fouet jusqu'à ce qu'ils soient comme une crème un peu liée. Ajouter alors, hors du feu, mais toujours au bain-marie, le beurre fin divisé par petites parties. Quand tout le beurre est incorporé, goûter et servir en saucière chaude avec poissons, asperges, chou-fleur, etc....

1 cuillère 1/2 à soupe de vinaigre . 2 jaunes d'œufs . 1 cuillère à café d'eau 200 gr. de beurre . 1 pincée de poivre . 1/2 cuillère à café de sel.

SAUCE MOUSSELINE

Temps de cuisson, 15 mn

A la sauce hollandaise (véritable), ajouter en dernier la crème fouettée.

Sauce hollandaise . 60 gr. de crème fraîche.

SAUCE BÉARNAISE

Temps de cuisson, 25 mn

Faire bouillir dans une petite casserole le vinaigre, avec l'échalote hachée, une pincée de cerfeuil et estragon hachés, quelques grains de poivre écrasés. Quand le vinaigre est tombé à la valeur d'une cuillerée à café, on le passe au chinois dans une autre petite casserole dans laquelle on a mis les jaunes d'œufs, une noisette de beurre et une pincée de sel. Placer cette casserole au bain-marie et terminer la sauce comme la hollandaise, en y ajoutant en dernier ressort une cuillère à soupe de cerfeuil et estragon hachés très fin.

Cette sauce est servie principalement avec les grillades de bœuf, mais aussi avec du poisson, œufs ou viandes blanches.

1/2 verre de vinaigre . 2 échalottes . 1/2 gousse d'ail . 3 jaunes d'œufs . 150 gr. de beurre . 1 cuillère à soupe d'estragon et de cerfeuil hachés . 1 pincée de poivre 1/2 cuillère à café de sel.

SAUCE MOUTARDE

Temps de cuisson, 10 mn

Faire une sauce blanche et y ajouter en dernier lieu, la moutarde, soit ordinaire, soit de préférence de la moutarde en poudre délayée avec un peu d'eau froide. Cette sauce se sert avec des harengs frais grillés ou frits à l'huile.

2 cuillères à café de moutarde . sauce blanche faite avec 40 gr. de beurre.

SAUCE ANCHOIS

Temps de cuisson, 10 mn

Faire une sauce blanche et y ajouter trois ou quatre filets d'anchois pilés et passés au tamis, ou, ce qui est plus pratique, l'essence d'anchois qui se vend toute préparée dans le commerce. Cette sauce se sert avec le poisson et parfois avec des œufs.

Proportions pour sauce blanche page 31 . 1 cuillère à café d'essence d'anchois.

SAUCE COLBERT OU BEURRE COLBERT

Temps de cuisson, 10 mn

C'est improprement que l'on appelle cela une sauce, c'est en somme un beurre maître d'hôtel. Il suffit de mélanger dans le beurre fin un peu mou, une cuillère à soupe de glace de viande fondue mais froide, puis du persil et de l'estragon hachés, un jus de citron, sel et poivre. Le mélange se fait dans une assiette, de façon que le beurre ne soit pas fondu, mais reste en pommade. On le sert avec les grillades et les poissons à la Colbert. La glace de viande peut être remplacée par un extrait de viande que l'on trouve dans le commerce.

100 gr. de beurre . 1 jus de citron . 1 cuillère à soupe de persil et d'estragon hachés 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre . 1 cuillère à soupe de glace de viande.

SAUCE CREVETTES

Temps de cuisson, 15 mn

Faire une sauce béchamel très peu salée et y ajouter les épluchures de crevettes roses ou rouges pilées avec un peu de beurre. Donner un ou deux bouillons et passer à la mousseline par pression, relever l'assaisonnement au cayenne et aviver la couleur, si l'on veut, avec un soupçon de carmin ; mais cette sauce ne doit pas être très rouge Un peu de purée de tomates remplace le carmin.

Sauce béchamel . 125 gr. de crevettes . 125 gr. de beurre . cayenne . 2 gouttes de carmin ou 2 cuillères à café de purée de tomates.

NOTA. — Comme il est très rare qu'une cuisine ménagère possède un mortier, on remplacera le pilage où il est indiqué par un broyage sous le rouleau ou un hachage aussi fin que possible.

SAUCE TOMATE

Temps de cuisson, 40 mn

Peut se faire avec de la tomate fraîche, pendant la saison ou de la bonne conserve.

Avec la tomate fraîche, il faut faire blondir au beurre quelques lames d'oignons et de carottes, un peu de persil, thym et laurier (très peu de ces derniers dont l'arome pénétrant dominerait dans la sauce), ensuite mettre la farine, et ajouter les tomates écrasées ou coupées en quatre, saler, poivrer, mouiller d'un peu d'eau seulement et cuire à petit feu, à couvert pendant 35 à 40 mn, puis passer cette sauce avec le pilon à la passoire très fine, la beurrer, chauffer et éclaircir s'il le faut ; on peut y mettre le sucre, qui combat l'acidité de la tomate.

Lorsque l'on fait la sauce avec de la conserve de purée de tomate, il faut seulement faire un léger roux avec beurre et farine en dosant la farine suivant que la conserve est épaisse ou liquide, ajouter un peu d'eau, l'assaisonnement nécessaire, le beurre et ne la laisser cuire que quelques minutes.

500 gr. de tomates . 2 oignons . 1 petite carotte . 1 brin de thym . 1 feuille de laurier . 2 branches de persil . 30 gr. de beurre . 1/2 cuillère à soupe de farine . 1 morceau de sucre . 1/2 cuillère à café de sel.

SAUCE VELOUTÉE

Temps de cuisson, 20 mn

Ce que l'on désigne ainsi, c'est une sauce blanche faite avec du bouillon, soit de volaille, de veau ou de bœuf ; ainsi une sauce de blanquette est une sauce veloutée.

Il faut faire un roux de beurre et farine et le cuire un instant, sans le laisser roussir, puis le mouiller avec assez de bouillon pour avoir une sauce crémeuse, mais pas trop épaisse ; la laisser cuire une vingtaine de minutes doucement, puis la lier suivant le cas avec jaunes et crème ; elle prend alors le nom de sauce suprême si elle est faite avec du bouillon de volaille.

Sauce blanche avec bouillon ou court-bouillon . 2 jaunes d'œufs . 80 gr. de crème.

SAUCE AURORE

Cette sauce délicieuse avec les œufs et les poissons se fait en mélangeant une partie de sauce béchamel et une partie de sauce tomate, de manière à obtenir une sauce d'une belle couleur rosée, d'où son nom de sauce aurore.

1/4 de litre de sauce béchamel . 1/4 de litre de sauce tomate.

SAUCE BRUNE (DITE DEMI-GLACE)

Temps de cuisson : 1 h

Cette sauce est la plus délicate de la cuisine et n'a pas à être souvent employée dans la cuisine ménagère ; cependant, comme elle sert de base à la sauce madère, ou aux sauces de gibiers, il nous faut la mentionner.

Pour la faire de bon goût, il faut qu'elle soit faite avec du bon bouillon (ou du jus de viande comme on en trouve dans le commerce et que l'on additionne d'eau, tels que les Viandox, Liebig, Kub, Poule au Pot, etc...). Faire un roux avec le saindoux et la farine et le laisser cuire lentement et longtemps, jusqu'à ce qu'il soit devenu très brun. comme la pelure de marrons ; à ce moment mouiller ce roux avec le bouillon, ajouter une cuillère de purée de tomate et remuer au fouet jusqu'à l'ébullition, puis laisser cuire sans la remuer à très petit feu pendant au moins 1 h, et de temps en temps enlever sur le dessus de cette sauce l'écume et la graisse qui remontent. Cela s'appelle *dépouiller la sauce*, et c'est indispensable pour assurer sa parfaite digestibilité ; l'estomac, en effet, ne pourrait assimiler cette graisse ou beurre dénaturé par la cuisson. Goûter et passer cette sauce à laquelle on peut ajouter du beurre frais au moment de la servir et quand elle n'a plus à bouillir. Ne pas faire le roux au beurre qui noircit trop vite et communique de l'amertume.

50 gr. de saindoux . 40 gr. de farine . 1/2 litre d'eau ou bouillon . 1 cuillère à soupe de tomate en purée . 1/2 cuillère à café de sel . 2 oignons moyens.

SAUCE MADÈRE

Temps de cuisson : 30 mn, puis encore 30 mn

A la sauce brune (dite demi-glace), il suffit d'ajouter vers le milieu de sa cuisson, le Madère ou le Porto ; elle peut se servir avec des viandes de boucherie ou des volailles ou des œufs pochés, vol-au-vent, bouchées, etc....

1/2 litre de sauce brune . 1 verre à madère de madère.

—

SAUCE PIQUANTE

Temps de cuisson : 1 h pour la sauce brune plus 20 mn

Faire légèrement blondir au beurre les échalotes hachées, puis y verser le vinaigre et laisser réduire celui-ci par ébullition jusqu'à ce qu'il n'en reste presque plus, à ce moment ajouter la sauce brune (voir sauce Madère), puis le poivre et les cornichons émincés en rondelles, ainsi que la moutarde. Ne plus laisser bouillir et servir sur un reste de bœuf du pot-au-feu, ou de gigot coupé en lames minces ou encore avec des côtes de porc sautées.

1/3 de litre de sauce brune . 1 cuillère à soupe de vinaigre . 3 échalotes 1 pincée de poivre . 50 gr. de cornichons . 1/2 cuillère à café de moutarde 30 gr. de beurre.

SAUCE CHASSEUR

Temps de cuisson 1 h pour la sauce brune + 25 mn

Faire revenir au beurre dans une sauteuse les champignons crus coupés en lames minces. Quand ils sont rissolés, y mettre les échalotes hachées ; laisser encore 1 mn, puis mouiller avec le vin blanc ; laisser réduire de moitié et ajouter la sauce brune et la purée de tomates ; laisser mijoter un petit moment, puis beurrer la sauce hors du feu et y ajouter persil et estragon hachés.

Cette sauce accompagne le poulet chasseur ou des viandes de boucherie sautées. L'huile peut ici remplacer le beurre si on l'aime dans la cuisine.

100 gr. de champignons . 60 gr. de beurre . 4 échalotes . 1 verre de vin blanc 1/4 de litre de sauce brune . 1 cuillère à soupe de tomates en purée . 2 cuillères à café de persil et d'estragon hachés.

SAUCE LYONNAISE

Faire revenir au beurre sans presque colorer les oignons hachés fin, mouiller avec le vin blanc ; réduire de moitié et ajouter la sauce brune demi-glace. Laisser mijoter une dizaine de minutes et servir cette sauce avec viande ou légumes, artichauts principalement ; suivant les goûts, on passe la sauce, ou on sert avec l'oignon dedans ; le tomater légèrement.

50 gr. de beurre . 2 petits oignons . 1 verre de vin blanc . 2 décilitres de sauce brune.

SAUCE BORDELAISE

Temps de cuisson :
1 h pour la sauce brune
+ 25 mn

Passer au beurre les échalotes hachées ; mouiller avec le vin rouge ; ajouter un peu de poivre écrasé, une brindille de thym et laurier et faire réduire presque à fond, davantage encore que pour le vin blanc. Ajouter la sauce brune demi-glace ; laisser mijoter 15 mn ; dégraisser et passer la sauce ; puis y ajouter la moelle de bœuf coupée en petits dés ; laisser sur le côté du feu encore 10 mn sans bouillir ; puis mélanger à la cuillère la moelle fondue, qui surnage dessus avec la sauce et qui remplace le beurre. Cette sauce se sert surtout et presque exclusivement avec tournedos ou entrecôtes grillés. On sert sur la viande dressée, de belles lames de moelle de bœuf que l'on a fait pocher à l'eau salée très chaude.

2 cuillères à soupe d'huile d'olive . 3 échalotes . 1 verre de vin rouge . 1 pincée de poivre . 2 branches de thym . 1/2 feuille de laurier . 2 décilitres de sauce brune . 100 gr. de moelle de bœuf.

SAUCE ROMAINE

Mettre dans une casserole et faire caraméliser le sucre en poudre ; le mouiller avec le vinaigre et laisser réduire celui-ci jusqu'à ce que le sucre soit sur le point de caraméliser de nouveau. Ajouter alors la sauce brune demi-glace bien dépouillée, puis les raisins de Corinthe, bien triés, lavés et égouttés. Laisser mijoter 5 mn et servir avec gibier à poil ou langue de veau, de bœuf ou de mouton braisée.

2 cuillères à soupe de sucre en poudre . 1/2 verre de vinaigre . 1/4 de litre de sauce brune . 100 gr. de raisins de Corinthe.

SAUCE POIVRADE POUR GIBIER

Temps de cuisson :
1 h pour la sauce brune
+ 25 mn

Faire revenir avec l'huile quelques parures de gibier marinées ; puis y ajouter oignons, carotte et échalote hachés. Quand le tout est bien roussi, y verser le vinaigre et laisser réduire ; mouiller alors avec la sauce brune demi-glace et la marinade ; ajouter des grains de poivre écrasés et laisser cuire lentement pendant 1 h pour que les parures de gibier aient le temps de cuire et de donner leur note à la sauce. Dégraisser celle-ci, la passer et relever fortement l'assaisonnement puis y ajouter une cuillère à café de gelée de groseilles pour combattre un peu et atténuer l'acidité du vinaigre et de la marinade. Pour terminer la sauce on déglace avec un peu de marinade le fond de cuisson du gibier rôti et on l'ajoute en dernier après l'avoir passé.

2 cuillères à soupe d'huile . 2 oignons moyens . 1 carotte . 1 échalote . 1 verre à madère de vinaigre . 1/4 de litre de sauce brune . 1 verre de vin blanc ou de marinade . 1/2 cuillère à café de poivre . 1/2 cuillère à café de sel.

LES SAUCES FROIDES

SAUCE MAYONNAISE

Temps de préparation : 8 à 10 mn

Mettre un jaune d'œuf dans un bol ou une terrine à fond rond ; ajouter de suite et *sans remuer* le sel fin, un peu de poivre et le vinaigre. A ce moment seulement, tourner vivement avec un petit fouet en fil de fer (indispensable), et faire tomber l'huile en un tout mince filet en commençant, jusqu'à ce que la sauce commence à se lier. Alors mettre l'huile un peu plus vite jusqu'à concurrence de 2 décilitres au maximum ; il faut, en effet, cinq jaunes d'œufs pour absorber un litre d'huile. Goûter et rectifier l'assaisonnement en ajoutant le reste de vinaigre s'il le faut.

Contrairement à une routine ménagère, il n'est pas indispensable de tourner dans le même sens ; ni d'avoir de la glace ou d'être placé dans un courant d'air ; ce qu'il faut, c'est :

1° Un fouet ;

2° De l'huile qui ne soit pas figée, mieux vaudrait qu'elle fût chaude ;

3° Verser l'huile presque goutte à goutte au début et très vite quand la sauce commence à prendre ;

4° Ne pas trop dépasser la dose d'huile pour ne pas sursaturer les jaunes au delà de leur faculté d'absorption.

REMARQUE. — Si, toutefois, on fait tourner sa sauce, point n'est besoin d'user de nouveaux jaunes d'œufs ; il suffit de mettre dans une autre terrine une cuillère d'eau bouillante et de reprendre sa sauce goutte à goutte sur cette eau toujours au fouet.

1 jaune d'œuf . 1/4 de litre d'huile . 1/3 de cuillère à soupe de vinaigre . 1/3 de cuillère à café de sel fin . 1 pincée de poivre.

SAUCE TARTARE

Temps de préparation : 15 mn

Faire la mayonnaise comme il est indiqué ci-dessus, mais avec moitié jaunes d'œufs durs et moitié jaunes crus, une cuillère de moutarde et quand elle est faite, la compléter avec un fin hachis de fines herbes variées, cornichons et câpres au vinaigre. On l'appelle aussi sauce rémoulade.

Aux proportions de la mayonnaise (recette précédente) . ajouter : 1 œuf dur 2 cornichons . 50 gr. de câpres . 1 cuillère à café de moutarde.

SAUCE RAVIGOTE OU VINAIGRETTE

Temps de préparation : 7 à 8 mn

Délayer en terrine l'huile avec le vinaigre, sel, poivre, fines herbes hachées, l'oignon haché fin ; bien remuer le tout avant de servir pour que le vinaigre, plus lourd que l'huile, ne reste pas au fond.

Sert pour la tête de veau.

Si on supprime les fines herbes et l'oignon, on a la simple vinaigrette pour asperges, artichauts ou toutes salades de viandes, légumes ou verdure.

1 verre d'huile . 3 cuillères à soupe de vinaigre . 1 cuillère à café de sel 2 pincées de poivre . 2 cuillères à soupe de fines herbes hachées . 1 cuillère à soupe d'oignons hachés.

SAUCE VERTE

Temps de préparation : 20 mn

A la mayonnaise indiquée plus haut, ajouter une ou deux cuillères de purée d'épinards, cerfeuil, estragon, cresson, cuits à l'eau, égouttés, pressés et passés au tamis très fin.

2 cuillères à soupe d'épinards en purée . 1 cuillère à café de cerfeuil haché . 1 cuillère à café d'estragon haché . voir ci-dessus pour la mayonnaise.

LES POISSONS

LES POISSONS

Pour 6 personnes

Le poisson devrait jouer dans notre alimentation un rôle plus important que celui que nous lui assignons. C'est une nourriture excellente, substantielle quoiqu'on en pense trop souvent et bien à tort, légère en même temps ; le poisson contient du phosphore, de l'iode et sa composition en fait un aliment à recommander pour les enfants dont il fortifiera l'ossature. Il est bien peu de cas de régime où le poisson, tout au moins la plus grande partie, ne soit recommandé, sauf, bien entendu, pour les tempéraments herpétiques, ou sujets à l'urticaire. En France nous qui possédons des milliers de kilomètres de côtes baignées par la mer du Nord, la Manche, l'Atlantique et la Méditerranée, nous consommons huit fois moins de poisson qu'en Angleterre ou en Hollande par exemple.

Manger du poisson, vous vous en trouverez bien.

Il est nécessaire, par exemple, d'avoir du poisson frais, et c'est là où la ménagère ne doit pas se laisser « rouler ». Les indices de la fraîcheur du poisson sont l'odeur d'abord qui doit être nette et franche ; la chair ferme au toucher et ne conservant pas l'empreinte du doigt que l'on appuie dessus ; l'œil clair et brillant, saillant même ; la couleur doit être bien marquée, irisée sur les écailles, les ouïes rouges et humides ; la pièce doit être raide et non flasque.

Il faut l'écailler et vider soigneusement aussitôt acheté, puis si on ne doit pas le cuire tout de suite, le conserver au frais sur la glace si possible.

Le poisson se fait cuire, soit par :

1° le court-bouillon ; 2° la grillade ; 3° la friture ; 4° la meunière ; 5° le gratin et 6° la matelote ainsi que je l'indique au cours des recettes qui suivent.

LE COURT-BOUILLON

Temps de cuisson du court-bouillon : 1 h

Un court-bouillon se compose d'eau en quantité suffisante pour que le poisson qui doit y cuire se trouve complètement et largement immergé et des ingrédients indiqués ci-dessous.

Certains poissons se mettent au court-bouillon à froid, c'est-à-dire que l'on cuit tout ensemble ; ceci pour les gros poissons, d'autres, les petits, se jettent dans le court-bouillon cuit d'avance et refroidi ; cependant, quand il fait chaud et que l'on craint pour la fraîcheur du poisson, on peut le jeter dans sa cuisson bouillante pour le saisir et empêcher qu'il tourne si la cuisson est trop longue à se produire. Le poisson ne doit jamais bouillir, mais pocher doucement pendant un temps déterminé par sa grosseur, soit environ 12 mn par livre à partir de l'ébullition manifestée par des petites bulles.

Par contre, les crustacés doivent être cuits en pleine ébullition, et pour les homards, langoustes, tourteaux, crabes, le court-bouillon comportera seulement de l'eau très salée, sans aucun condiment ; de même les turbots et barbues se cuisent seulement à l'eau salée, leur chair possédant une finesse qui se suffit à elle-même.

1 kg. 500 de poisson . 3 litres d'eau . 1 verre de vinaigre . 3 cuillères à soupe de sel gris . 1 pincée de grains de poivre . 1 gros oignon . 2 échalotes 1 carotte . bouquet garni.

LA GRILLADE

Temps de cuisson :
de 6 à 15 mn
suivant l'épaisseur

Les poissons que l'on veut servir grillés, sur le gril — car souvent on les cuit au four tout en leur laissant la dénomination de grillés — doivent être farinés d'abord et badigeonnés d'huile avant d'être posés sur un gril chauffé d'avance ; si le poisson qui doit être grillé pèse plus de 150 gr., il faut le ciseler, ce qui signifie de faire des incisions tout le long du poisson des deux côtés, pour faciliter la cuisson sans que la peau brûle. Ces coupures se font d'un demi-centimètre de profondeur. Tourner le poisson sur le gril quand il est cuit d'un côté et le badigeonner souvent d'huile ou de beurre fondu pendant sa cuisson ; on peut griller des poissons entiers ou des tranches de gros poissons.

LA FRITURE

Temps de cuisson :
6 à 12 mn
suivant la grosseur

C'est en général la friture d'huile qui est choisie pour le poisson parce que l'huile peut être chauffée à un très haut degré avant de brûler (trois cents degrés) et le poisson se trouve mieux saisi. Plus le poisson est petit, plus il faut le saisir et n'en pas mettre trop à la fois pour ne pas refroidir la friture ; lorsqu'ils sont un peu gros, les ciseler aussi comme pour les griller. Servir la friture aussitôt terminée pour qu'elle soit bien croquante et dorée.

Il convient de tremper auparavant les poissons *quels qu'ils soient*, dans du lait froid salé et de les rouler ensuite dans la farine, ce qui constitue autour une sorte de pâte légère formant cuirasse, croquante et d'une belle couleur. Saler la friture en l'égouttant, la dresser sur serviette et passer du citron en même temps, et si l'on veut un bouquet de persil frit.

LA MEUNIÈRE

Les poissons dits à la meunière, doivent aussi être passés au lait et à la farine pour être cuits à la poêle à beurre très chaud plus ou moins à feu vif, suivant leur grosseur ; ciseler aussi les pièces de 150 gr. et au-dessus. Ce sont surtout les petits poissons : truites, soles, merlans, maquereaux et tous ceux de même genre que l'on traite à la meunière. La façon de les servir est indiquée dans les recettes les concernant. Les tranches de gros poissons se traitent aussi à la meunière.

LES POISSONS DE MER

CABILLAUD SAUCE PERSIL

Temps de cuisson du poisson, 10 à 12 mn

Faire cuire au court-bouillon des tranches de cabillaud de 150 gr. environ et les servir accompagnées d'une sauce blanche (voir sauces) additionnée du persil haché.

900 gr. de cabillaud . 1/2 litre de sauce blanche . 2 cuillères à café de persil haché.

CABILLAUD FRIT

Temps de cuisson, 6 à 8 mn

Les tranches assez minces passées au lait et ensuite à la farine. Les faire frire à friture brûlante ; les servir avec quartiers de citrons.

Le cabillaud, ainsi que l'aiglefin, sont des poissons avec lesquels on fait la morue que les Terre-Neuvas nous rapportent au péril de leur vie.

6 tranches de 150 gr. de cabillaud . 6 tranches de citron.

CABILLAUD BOUILLI NATURE

Temps de cuisson, 10 à 15 mn

Cuire le cabillaud en tranches au court-bouillon, le dresser sur serviette avec un bouquet de persil frisé à chaque bout ; envoyer en même temps une timbale de pommes de terre à l'anglaise et une saucière de beurre fondu.

6 tranches de 150 gr. de cabillaud . 1 kg. de pommes de terre . 100 gr. de beurre 6 branches de persil.

FILETS DE COLIN A LA BERCY

Temps de cuisson, poisson 15 mn ; gratin 15 mn

Détacher les filets du colin et faire un court-bouillon avec les carcasses et débris. Passer au beurre les échalotes hachées, les mouiller avec le vin blanc et faire réduire de moitié ; ajouter le bouillon de poisson, sel, poivre et jus de citron, persil haché. puis le beurre pétri avec la farine. Donner un bouillon ou deux et verser sur les filets de colin crus placés sur un plat à gratin ; poudrer de mie de pain et faire gratiner à four vif. Persil haché dessus en servant.

1 kg. de colin . 120 gr. de beurre . 3 échalotes . 1 verre de vin blanc 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre . 1 jus de citron . 2 cuillères à café de persil haché . 1 cuillère à soupe de farine . 2 cuillères à soupe de chapelure.

DAURADE ROTIE

Temps de cuisson, de 30 à 45 mn

La daurade quand elle est un peu grosse sera très bonne rôtie ; l'envelopper de préférence d'une mince barde de lard après l'avoir ciselée et la rôtir à four très chaud en l'arrosant souvent avec du beurre ; quand elle cuit, le lard fond et elle doit être dorée, la mettre dans le plat, déglacer le fond de cuisson avec échalotes et vin blanc, réduire, de moitié et ajouter le beurre, la crème. Donner un tour de moulin à poivre sur la daurade en servant.

On peut aussi faire la daurade à la Bercy et suivant les recettes données pour le colin, soit entière soit en filets suivant sa dimension.

1 kg. 250 de daurades . 50 gr. de beurre . 85 gr. de crème . 50 gr. d'échalotes 1 verre de vin blanc . quelques grains de poivre . 1 cuillère à café de sel 125 gr. de barde de lard mince.

CARRELETS AU GRATIN

Temps de cuisson, 20 mn

Hacher finement les champignons crus, les faire ensuite rissoler dans un peu de beurre, puis ajouter le vin blanc et la sauce brune (voir sauces), assaisonner, ajouter la purée de tomate, le persil haché, puis verser cette sauce sur les carrelets placés dans un plat à gratin, salés et poivrés. Semer par-dessus la chapelure et faire cuire ce poisson en le gratinant en même temps. Servir de suite avec persil haché dessus. Tous les poissons, soit entiers s'ils sont plats, soit en tranches ou en filets, peuvent se préparer ainsi. Exemple : les limandes, les plies, merlans, rougets, etc....

6 carrelets . 125 gr. de champignons . 60 gr. de beurre . 1/2 verre de vin blanc 1/4 de litre de sauce brune . 1 cuillère à soupe de tomates en purée . 1 cuillère à soupe de persil haché . 1 cuillère à soupe de chapelure . 1 cuillère à café de sel 2 pincées de poivre.

CARRELETS SUR LE PLAT A LA MINUTE

Temps de cuisson, 15 mn

Nettoyer les carrelets et fendre un peu la peau de chaque côté avec la pointe du couteau en formant comme un quadrillage, les mettre dans un plat à gratin, semer dessus sel et poivre, les échalotes hachées et aussi le persil, arroser à fleur du poisson avec le vin blanc, semer la chapelure dessus, mettre des noisettes de beurre de place en place et cuire dans un four brûlant pour assurer la cuisson en même temps que le gratinage.

Tous les poissons ou tranches de poissons peuvent se faire ainsi ; aussi bien les soles que les merlans ou les morceaux de gros poissons.

6 carrelets . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 3 échalotes 1 cuillère à soupe de persil haché . 3 verres de vin blanc . 2 cuillères à soupe de chapelure . 50 gr. de beurre.

MERLANS FRITS

Temps de cuisson, 8 à 12 mn

Lorsque les merlans dépassent le poids de 100 gr. il faut les inciser de chaque côté, tout le long du corps, les tremper ensuite dans le lait et les rouler dans la farine pour les plonger dans une friture très chaude ou brûlante suivant la grosseur du poisson. Il faut que les poissons soient très croquants et raides quand on les sert, et non pas mous. Pour cela, ne pas en faire frire trop à la fois, suivant la quantité de friture dont on dispose, et les servir aussitôt.

6 merlans . 1 verre de lait . 100 gr. de farine . bain de friture.

MERLANS AU VIN BLANC

Temps de cuisson, 10 à 12 mn

Faire cuire sans bouillir (pocher) les merlans arrosés du vin blanc, saler et poivrer. Donner environ 10 mn de cuisson pour des merlans de 125 gr. Préparer pendant ce temps une sauce blanche (voir sauces), puis quand les merlans sont pochés, égoutter leur cuisson et la faire réduire à grands bouillons jusqu'à ce qu'il n'en reste plus que cinq ou six cuillères à soupe et l'ajouter à la sauce blanche, verser sur les merlans.

Tous les poissons peuvent être présentés de même.

6 merlans . 1 verre de vin blanc . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre 1/4 de litre de sauce blanche.

MERLANS A LA MEUNIÈRE

Même procédé que pour les truites (voir page 55).

HARENGS SAUCE MOUTARDE

Temps de cuisson, 15 mn

Nettoyer six harengs, les fariner et les cuire à la poêle soit au beurre, soit à l'huile comme pour les poissons à la meunière, les servir avec une sauce blanche (voir sauces) dans laquelle on ajoute la moutarde et pas de jaunes d'œufs. On peut les cuire sur le gril si on préfère.

6 harengs frais . 60 gr. de farine . 100 gr. de beurre . 1/4 de litre de sauce blanche . 1 cuillère à café de moutarde.

Tourteau à la russe →

HARENGS GRILLÉS MAITRE D'HÔTEL

Temps de cuisson, 8 à 10 mn

Les ciseler légèrement, les fariner, les huiler et les placer sur un gril posé sur braises ardentes, les retourner deux fois pendant leur cuisson et les servir sur un beurre maître d'hôtel, c'est-à-dire pétri avec sel, poivre, jus de citron et persil haché.

6 harengs frais . 60 gr. de farine . 3 cuillères à soupe d'huile . 100 gr. de beurre 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 2 cuillères à soupe de persil haché 1 jus de citron.

HARENGS MARINÉS (POUR HORS-D'ŒUVRE FROIDS)

Temps de cuisson, court bouillon 20 mn, poisson 20 mn

Faire cuire ensemble pendant 20 mn le vin blanc, le vinaigre, les oignons, la carotte, les échalotes, persil, thym, laurier, sel et poivre en grains. Verser ce court-bouillon tout bouillant sur 12 petits harengs bien nettoyés et essuyés, les couvrir d'un papier parcheminé et huilé et mettre le tout dans le four, les poissons étant placés dans un récipient creux dans lequel on peut les laisser (éviter fer battu, tôle ou fonte). Au bout de 20 mn, sortir les harengs du four, verser dessus un doigt d'huile et les laisser refroidir pour les servir tels quels avec leur marinade.

12 petits harengs . 1 verre de vin blanc . 1/2 verre de vinaigre . 2 oignons 1 carotte . 2 échalotes . 2 branches de persil . 1 branche de thym . 1 cuillère à café de sel . 3 grains de poivre.

MAQUEREAUX MARINÉS

Procéder comme pour les harengs marinés (pour hors-d'œuvre froids) en employant des petits maquereaux ou des gros coupés en tronçons.

MAQUEREAUX GRILLÉS MAITRE D'HÔTEL

Même procédé que les harengs du même nom.

FILETS DE MAQUEREAUX MIREILLE

Temps de cuisson, 10 mn

Assaisonner les filets, les fariner et les cuire à la poêle à l'huile brûlante. Quand ils sont cuits, les dresser sur plat, changer l'huile et y jeter dedans, quand elle est brûlante, les champignons crus hachés, l'oignon, l'échalote et l'ail également hachés ; faire bien rissoler le tout et verser sur les filets ; les arroser du vinaigre brûlant et entourer le poisson de tomates coupées et sautées à l'huile, semer du persil sur l'ensemble.

3 gros maquereaux . 100 gr. de farine . 1 verre d'huile . 125 gr. de champignons 1 oignon . 2 échalotes . 1 éclat d'ail . 2 cuillère à soupe de vinaigre . 2 tomates 2 cuillères à café de persil . 1 cuillère à café de sel.

FILETS DE MAQUEREAUX VÉNITIENNE

Temps de cuisson, 20 mn

Cuire les filets au vin blanc et les napper d'une sauce blanche aux fines herbes additionnée de ce vin blanc réduit. Semer dessus cerfeuil et estragon hachés et border de pommes de terre à l'anglaise. Tenir la sauce épaisse en raison du vin blanc qui l'éclaircira.

3 gros maquereaux . 1 verre de vin blanc . 1/4 de litre de sauce blanche 1 cuillère à soupe de fines herbes . 1 cuillère à soupe de cerfeuil et d'estragon hachés 500 gr. de pommes de terre.

MORUE A LA MÉNAGÈRE

Temps de cuisson, 10 mn

Faire dessaler la morue pendant 24 h en changeant l'eau plusieurs fois ; la couper ensuite en morceaux et la faire cuire sans bouillir dans de l'eau non salée. Dès qu'elle est sur le point de bouillir, la retirer sur le côté du feu et l'y laisser une dizaine de minutes. Avant de cuire la morue, on aura fait cuire des pommes de terre en robe de chambre, puis on prépare une sauce béchamel dans laquelle on ajoute un gros oignon haché fin

↑— Pilaf de moules à l'orientale

←— Petite friture de Seine

et cuit doucement au beurre, sans qu'il soit coloré, la sauce doit être ensuite éclaircie avec un peu de la cuisson de la morue. Peler et couper en tranches les pommes de terre, effeuiller la morue par-dessus en supprimant peaux et arêtes et verser la sauce sur le tout, après l'avoir relevée d'un peu de poivre.

500 gr. de morue . 600 gr. de pommes de terre . 1/4 de litre de sauce béchamel 1 oignon . 30 gr. de beurre . 2 pincées de poivre.

MORUE SAUTÉE AUX TOMATES

Temps de cuisson, 20 mn

La morue étant dessalée et coupée en carrés, il faut la fariner et mettre les morceaux dans un beurre brûlant à la poêle et les cuire ainsi pas trop vite ; il faut 12 à 15 mn pour la cuisson, puis mettre le poisson dans un plat et jeter dans le beurre qui a servi à le cuire les tomates pelées, vidées et hachées grossièrement. Quand la tomate est cuite, assaisonner pas trop fort sel, poivre, persil haché et, si l'on veut, un peu d'ail haché fin. Donner encore quelques secondes de cuisson et verser sur la morue.

500 gr. de morue . 500 gr. de tomates . 125 gr. de beurre . 50 gr. de farine 3 pincées de poivre . 2 cuillères à café de persil haché . 1 éclat d'ail.

MORUE A LA CRÈME

Temps de cuisson, 1 h

La morue doit être fortement dessalée, puis fariner les morceaux et les cuire au beurre dans une poêle, tout doucement pour bien donner le temps à la chaleur d'atteindre le milieu de la morue. On en ouvre un morceau, pour voir si au centre la chair est bien blanche ; si elle est rosée, laisser cuire un peu plus. Quand la morue est à point, elle doit être à peine dorée, la mettre sur le plat et verser dans la poêle la crème épaisse de lait, ajouter un filet de vinaigre et faire fortement bouillir 2 mn ; poivrer légèrement, *saler s'il le faut* et verser sur le poisson.

500 gr. de morue . 50 gr. de farine . 75 gr. de beurre . 85 gr. de crème 1 cuillère à soupe de vinaigre . 1 pincée de poivre.

BRANDADE DE MORUE

Temps de cuisson, 40 mn

Prendre de la morue bien blanche et la faire pocher sans la laisser trop cuire. Bien l'éplucher et l'effeuiller ; la mettre dans une casserole contenant 1 décilitre d'huile brûlante et bien la travailler à la spatule pour l'écraser. Ajouter l'ail broyé puis, petit à petit en la travaillant vigoureusement, lui incorporer encore 2 décilitres d'huile d'olive brûlante, mais cela par trois cuillères à la fois, et lorsqu'on a mis et fait absorber à la morue six à huit cuillères d'huile, on y mélange trois cuillères de lait bouillant de sorte que l'on doit obtenir comme une pâte ayant la consistance d'une purée de pommes de terre, et contenant 3 décilitres d'huile et 1 décilitre et demi à 2 décilitres de lait. Goûter et modifier l'assaisonnement qui doit être un peu relevé en poivre : dresser la brandade en pyramide et la garnir de petits croûtons de pain frits à l'huile, en forme de triangles.

500 gr. de morue . 1/4 de litre d'huile . 1 gousse d'ail . 1 verre de lait 3 pincées de poivre . 12 rondelles de pain.

SOLE A LA MISTRAL

Temps de cuisson, 20 mn

Mettre au fond d'un plat à gratin l'oignon finement émincé, les tomates pelées et hachées, ail facultatif, et un peu de persil haché ; y placer la sole, l'assaisonner et la mouiller de vin blanc puis la faire pocher au four. Faire alors réduire la cuisson (tomates comprises) de moitié et la lier avec une cuillère de purée de tomates et un bon morceau de beurre manié avec une pincée de farine. Verser cette sauce sur la sole, semer un peu de mie de pain dessus et passer 5 mn à four vif.

Différents poissons peuvent s'accommoder ainsi, mais s'ils sont gros il faut les couper en tronçons, ou les faire en filets.

3 soles moyennes . 2 tomates . 1 oignon . 1 cuillère à soupe de persil haché 1 verre de vin blanc . 75 gr. de beurre . 30 gr. de farine . 2 cuillères à soupe de chapelure . 1 cuillère à café de sel.

SOLE GRILLÉE

Temps de cuison,
8 à 10 mn

Détacher la peau noire, mais pas la blanche que l'on écaille, puis fendre la sole des deux côtés, légèrement en travers de manière à former un quadrillage ; la fariner, l'huiler et la faire griller en l'arrosant d'huile de temps en temps. Dresser sur plat chaud et placer sur la sole trois lames minces de citron. Servir du beurre fondu ou maître d'hôtel à part et demi-citron.

6 petites soles . 3 cuillères à soupe d'huile . 50 gr. de farine . 1 citron 1/2 75 gr. de beurre . 1 cuillère à café de sel.

COLIN OU LOTTE A LA PORTUGAISE (DIT AUSSI A LA DUGLÉRÉ)

Temps de cuisson, 15 mn

Ces deux poissons peuvent subir les mêmes préparations, on peut les cuire en tranches ou en filets sans arêtes ni peaux. Pour la préparation à la portugaise, les filets sont préférables ; il n'y a qu'à désosser et dépouiller le poisson cru, puis tailler la chair comme des escalopes et les faire cuire avec sel, poivre et un verre de vin blanc ; à part, faire blondir au beurre doucement et d'avance les oignons finement émincés, puis y ajouter les tomates pelées, pressées et hachées que l'on laisse cuire et tomber en purée dans l'oignon qui doit être à peu près cuit. Quand le colin est cuit, égoutter le vin blanc de sa cuisson dans la tomate et lier avec le beurre pétri avec la farine. La sauce devient crémeuse, pas trop épaisse, l'assaisonner à point, la verser sur les filets de poisson cuits et semer du persil haché dessus.

1 kg. de colin ou lotte . 2 verres de vin blanc . 100 gr. d'oignons . 500 gr. de tomates . 50 gr. de beurre . 1 cuillère à soupe de farine . 1 cuillère à café de sel 1/2 cuillère à café de poivre . 2 cuillères à soupe de persil haché.

COLIN A LA MORNAY

Temps de cuisson, 20 mn

Cuire des filets de colin au vin blanc, comme le colin à la portugaise dit aussi à la Dugléré. Faire une sauce béchamel très épaisse que l'on éclaircit un peu avec le vin blanc de la cuisson du poisson, mais après avoir bien laissé réduire celle-ci en plein feu. Ajouter à cette sauce le gruyère râpé. Mettre le poisson dans un plat à gratin, verser la sauce dessus, semer de la chapelure, arroser de beurre fondu et faire gratiner à feu vif.

1 kg. de colin . 1/4 de litre de sauce béchamel . 100 gr. de gruyère râpé 2 cuillères à soupe de chapelure . 30 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel.

COLIN A LA FLORENTINE

Temps de cuisson, poisson 20 mn ; épinards 10 mn

Cuire le colin comme le colin à la portugaise, dit aussi à la Dugléré, en filets, faire la même sauce, mais en plus faire cuire des épinards bien effeuillés à l'eau salée, les égoutter, rafraîchir, presser dans les mains et les faire sauter au beurre. Mettre ces épinards tels quels dans le fond du plat à gratin, les filets de poissons dessus, les napper de sauce Mornay et faire gratiner. Peut se faire de même avec tous poissons.

Proportions comme pour le colin à la Mornay . 1 kg. d'épinards . 75 gr. de beurre 1/4 de litre de sauce Mornay.

COLIN PANÉ A L'ANGLAISE

Temps de cuisson, 15 mn

Assaisonner de sel et poivre les filets de colin, les passer dans du lait, puis les rouler dans la farine, ensuite les tremper bien soigneusement dans le blanc d'œuf, battu avec l'huile et enfin les passer dans la chapelure blonde. Les ranger à mesure dans un plat allant au four (plat de fer ou de cuivre étamé), les arroser d'huile et les cuire ainsi 8 à 10 mn à four très brûlant pour les servir avec un beurre maître d'hôtel sous les filets pour que leur chaleur le fasse fondre.

On peut, les ayant cuit de cette manière, les accompagner d'une sauce tomate ou de pommes de terre d'une façon quelconque.

6 filets de colin . 1 cuillère 1/2 à café de sel . 1/2 cuillère à café de poivre . 1 verre de lait . 4 cuillères à soupe de farine . 2 blancs d'œufs . 4 cuillères à soupe de chapelure . 1/2 verre d'huile . 75 gr. de beurre.

CONGRE A LA COCOTTE

Temps de cuisson, 30 à 40 mn

Un poisson commun comme le congre est excellent de la façon suivante : Prendre une belle tranche, couper les nageoires et la faire revenir au beurre en cocotte de fonte, avec les petits oignons autour. Quand le tout est bien jauni, mouiller avec le vin blanc, assaisonner de sel, poivre et bouquet garni ; couvrir et laisser cuire lentement soit dans le four, soit à petit feu pendant 40 mn. Servir le poisson, avec, autour les petits oignons et des pommes de terre à l'anglaise ; lier le jus de cuisson avec le beurre mélangé de farine et arroser le congre de cette sauce.

1 kg. de congre . 100 gr. de beurre . 150 gr. d'oignons . 1 verre de vin blanc 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 1 bouquet garni . 500 gr. de pommes de terre.

DAURADE GRILLÉE

Temps de cuisson, 40 mn

Bien nettoyer et écailler le poisson, puis faire de chaque côté des incisions tout du long assez profondes, puisque ce poisson est épais ; le fariner ensuite, le mettre à cuire, soit sur le gril à feu modéré, après l'avoir badigeonné d'huile, soit dans un four très chaud. Le temps de cuisson d'un poisson de 500 gr. peut être évalué à 20 mn.

Le servir avec un beurre maître d'hôtel.

1 kg. 250 de daurade . 2 cuillères à soupe de farine . 1 cuillère à soupe d'huile 75 gr. de beurre . 1 cuillère à café de sel.

FILETS DE DAURADE BONNE FEMME

Couper la tête et détacher les deux filets en glissant un couteau bien à plat tout le long de l'arête, en commençant par le côté de la queue et remontant jusqu'à la tête. Laver, éponger et fariner les deux filets, puis les cuire au beurre bien chaud, à la poêle, des deux côtés. Les dresser sur le plat, faire brunir le beurre dans la poêle avec celui qui reste de la cuisson, le verser sur le poisson, l'arroser d'un filet de vinaigre ou jus de citron et semer les câpres au vinaigre et des fines herbes.

La daurade peut aussi se couper en tronçons et se préparer à la portugaise comme le colin (voir page précédente).

3 dorades de 500 gr. . 100 gr. de farine . 150 gr. de beurre . 1 jus de citron 100 gr. de câpres . 2 cuillères à soupe de fines herbes hachées.

RAIE AU BEURRE NOIR

La raie n'est pas susceptible de multiples apprêts comme d'autres poissons, le beurre noir, ou la crème seuls lui conviennent. La raie bouclée, c'est-à-dire parsemée de sortes d'aiguillons recourbés, est la plus recherchée ; ce poisson doit être de fraîcheur absolue, autrement il dégage une odeur ammoniacale qui le rend impropre à la consommation.

Étant coupée en morceaux, on la fait cuire au court-bouillon sans la laisser bouillir, puis quand elle est cuite, on retire les morceaux avec une écumoire et en raclant avec le couteau on enlève la peau des deux côtés. Les ranger dans le plat, semer dessus sel et poivre et y verser une bonne proportion de beurre tout à fait noir ; verser ensuite dans la poêle brûlante le vinaigre auquel on laisse jeter un bouillon et le verser sur le poisson. Semer dessus persil haché et câpres.

1 kg. 200 de raie . 125 gr. de beurre . 3 cuillères à soupe de persil haché . 100 gr. de câpres . 1 cuillère à café de sel . 3 pincées de poivre . 3 cuillères à soupe de vinaigre.

RAIE A LA NORMANDE

Temps de cuisson, 20 mn

Au lieu de l'arroser de beurre noir, il faut faire bouillir 150 à 200 gr. de crème de lait pour 1 kg. de raie, saler, poivrer, arroser le poisson avec et un filet de vinaigre par-dessus.

Proportions ci-dessus . 85 gr. de crème . 1 cuillère à soupe de vinaigre 1 cuillère à café de sel . 3 pincées de poivre.

ROUGETS GRONDINS

Temps de cuisson, 10 à 15 mn

Le rouget grondin se fait griller ou cuire à la poêle, ou au vin blanc ou encore étant détaché en filets, peut être frit comme les autres poissons. On peut en somme appliquer à ce poisson les mêmes recettes qu'à la daurade, au maquereau ou à l'anguille ; mais il est surtout apprécié dans une bouillabaisse que toute ménagère peut faire, non pas suivant la formule de la grande cuisine marseillaise, mais très simplement en constituant, à peu de frais, un véritable régal.

1 kg. 250 de rougets.

BOUILLABAISSE

Temps de cuisson, 20 mn

Il faut un petit mélange de poissons à chair ferme, par exemple, 1 kg. en tout de : grondins, vives, anguilles de mer, lotte, maquereaux et un ou deux merlans, car il faut un poisson tendre qui, en s'écrasant à la cuisson, forme la liaison de la sauce.

Nettoyer et couper tous ces poissons en morceaux et les laver. Faire blondir avec l'huile les blancs de poireaux et l'oignon très finement émincés, puis ajouter les gousses d'ail hachées et les tomates pelées et hachées ou l'équivalent en purée de conserve, le vin blanc, l'eau et jeter le poisson dans cette cuisson, assaisonner de sel, poivre, persil haché et safran, arroser le dessus avec l'huile fine et cuire 20 mn à grands bouillons, servir de suite tel quel avec des croûtons de pain frits à l'huile et du persil haché dessus. A Marseille, on verse le bouillon de cuisson sur des tranches de pain et on sert comme soupe avec poisson à part.

1 kg. 500 de poissons variés . 1 verre d'huile . 2 blancs de poireaux . 2 oignons 6 gousses d'ail . 500 gr. de tomates . 2 verres de vin blanc . 2 verres d'eau 1 cuillère à soupe de sel . 1/2 cuillère à café de poivre . 1 cuillère à soupe de persil haché . 2 gr. de safran . 18 croûtons.

SARDINES FRAICHES GRILLÉES

Temps cuisson, 5 à 7 mn

La sardine fraîche ou Royan se fait seulement griller et se sert avec du beurre frais fondu. Elle n'est réellement bonne que sur le gril à feu de braise.

2 douzaines de sardines . 100 gr. de beurre.

THON BRAISÉ AUX CHAMPIGNONS

Temps de cuisson, 40 mn

Faire revenir une tranche de thon avec moitié beurre et moitié huile, y ajouter l'oignon émincé, les échalotes en rouelles, les tomates pelées coupées en quatre, mouiller de vin blanc et de sauce brune. Assaisonner, couvrir et laisser braiser une demi-heure ; retirer le poisson, réduire la cuisson et la passer sur tamis en purée, la remettre au feu avec quelques champignons ou girolles sautés au beurre. Cuire 10 mn et verser sur le poisson.

600 gr. de thon . 1 verre d'huile . 100 gr. de beurre . 4 tomates . 1/2 verre de vin blanc . 1/4 de litre de sauce brune . 100 gr. de champignons . 1 oignon 2 échalotes . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre.

THON A L'ÉTUVÉE

Temps de cuisson, 50 mn à 1 h

Cuire le thon au beurre à l'étuvée et le garnir de différents légumes, macédoine, épinards, oseille, etc....

600 gr. de thon . 1 verre d'huile . 100 gr. de beurre . 4 tomates . 1/2 verre de vin blanc . 1/4 de litre de sauce brune . 1 oignon . 2 échalotes . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre.

SOUFFLÉ DE POISSON

Temps de cuisson, 20 à 30 mn

Ce soufflé peut servir de type pour utiliser de même tout reste de volaille, ris de veau, jambon, gibier, etc....

Éplucher le poisson cuit dont on dispose, l'écraser en fine purée, soit avec la fourchette, si c'est un poisson tendre, ou avec le hachoir pour les autres ; délayer la purée avec un volume presque égal de béchamel très épaisse ; bien assaisonner, chauffer et

lorsque c'est bouillant, retirer du feu, mélanger quatre jaunes d'œufs pour 250 gr. de poisson net, et trois blancs en neige. Verser dans un plat à soufflé beurré et cuire à four très doux 20 mn environ. Servir de suite comme tout soufflé.

250 gr. de poisson cuit . 1/3 de litre de béchamel . 4 œufs.

CRUSTACÉS ET COQUILLAGES

Les crustacés tels que : homards, langoustes, langoustines, crabes et tourteaux, étrilles, etc..., se font cuire simplement dans de l'eau très salée et bouillante dans laquelle on les plonge vivants si possible pendant 20 mn par livre, 35 mn pour une pièce de 1 kg.

Les écrevisses se cuisent, au contraire, dans un court-bouillon, condimenté comme il est dit en tête de ce chapitre des poissons, et se servent avec leur court-bouillon.

Les homards ou langoustes se servent en général froids accompagnés d'une sauce mayonnaise.

Les préparations chaudes appartiennent au domaine de la Grande Cuisine et n'ont pas place en ce Manuel.

Les gros crabes et les tourteaux, par contre, peuvent figurer sur les tables modestes.

TOURTEAU A LA RUSSE (FROID)

L'animal étant cuit et refroidi, on retire et épluche toute la chair intérieure qui se présente en charpie, la mélanger avec une jardinière de petits légumes, carottes, navets, pois, etc..., et on lie le tout avec une sauce mayonnaise très relevée et moutardée ; laver et essuyer la carapace, la remplir de ce mélange et recouvrir le dessus d'une couche de sauce mayonnaise que l'on décore avec œufs durs, cornichons, fines herbes, à son goût. On peut aussi lier les chairs avec une sauce Mornay et faire gratiner le crabe avec du fromage dessus. En ce cas, il se sert chaud.

3 tourteaux . 1/4 de litre de mayonnaise . 3 œufs . 600 gr. de jardinière de légumes . 3 cornichons.

LANGOUSTINES A LA NAGE

Temps de cuisson, 6 à 8 mn

Les langoustines remplaceront les écrevisses devenues trop chères, elles se traitent de même façon. Faire un court-bouillon avec eau vinaigrée, carottes et oignons en rouelles, échalotes, persil, thym et laurier, sel et poivre en grains. Jeter les langoustines bien fraîches dedans, cuire 10 à 12 mn et les servir dans leur cuisson froide ou tiède.

18 langoustines.

LANGOUSTINES A LA BORDELAISE

Temps de cuisson, 10 à 12 mn

Faire revenir au beurre oignon, carotte et échalote hachés, y jeter les langoustines (500 gr.) bien lavées, les sauter 3 mn au feu, les flamber avec le cognac, les mouiller avec le vin blanc, la tomate en purée, sel, poivre, couvrir et cuire à plein feu 10 mn, les enlever à l'écumoire, les dresser en légumier, et faire réduire de moitié la sauce avec un bon morceau de beurre dedans et arroser les langoustines avec persil haché dessus.

18 langoustines . 100 gr. de beurre . 1 oignon . 1 carotte . 2 échalotes 2 cuillères à soupe de cognac . 1 verre de vin blanc . 2 cuillères à soupe de tomates en purée . 1 cuillère à café de sel . 3 pincées de poivre . 2 cuillères à café de persil haché.

MOULES A LA MARINIÈRE

Temps de cuisson, 6 à 10 mn

Laver d'abord, gratter et laver encore à plusieurs eaux les moules en les brassant bien dans l'eau froide, mais ne pas les y laisser séjourner, car elles s'ouvriraient et perdraient leur eau de mer.

Les mettre à cuire dans une casserole assez grande avec poivre (pas de sel), persil, thym et échalotes hachées, les mouiller du vin blanc et laisser bouillir à couvert en plein feu jusqu'à ce qu'elles soient bien ouvertes, ce dont on s'assure en les faisant sauter plusieurs fois, de façon à faire venir le fond par-dessus et vice versa. Dès qu'elles sont bien ouvertes, les retirer, car si elles cuisent trop, la chair se racornit et se réduit à rien. Aussitôt donc qu'on le juge à point, verser la cuisson dans une casserole

assez large et la placer en plein feu pour faire bouillir à grands bouillons le jus de cuisson dans lequel on ajoute un bon morceau de beurre frais et une pincée de persil haché. Quand le jus est réduit à la moitié de son volume primitif, le verser sur les moules que l'on a pu débarrasser pendant ce temps d'une coquille, celle qui est inutile. Servir aussitôt.

2 litres de moules . 2 pincées de poivre . 1 branche de thym . 2 échalotes 2 verres de vin blanc . 100 gr. de beurre . 2 cuillières à soupe de persil haché.

MOULES A LA POULETTE

Temps de cuisson, 20 mn

Cuire de même et avec la cuisson passée et décantée, faire une sauce blanche. Pour cela, il faut faire fondre (pour 2 litres de moules), 30 gr. de beurre, y mélanger 25 gr. de farine et aussitôt verser la cuisson des moules, et un peu de crème, ou de lait à défaut de crème. Ajouter un jaune d'œuf et donner un bouillon en remuant très vite au fouet. Retirer dès le premier jet, beurrer la sauce, la goûter et modifier s'il y a lieu, ajouter un peu de persil et servir en même temps que les moules.

2 litres de moules . 1/4 de litre de sauce béchamel . 80 gr. de crème . 1 jaune d'œuf . 2 cuillères à soupe de persil haché.

COQUILLES SAINT-JACQUES

Plaisant, en général, à tout le monde, les coquilles Saint-Jacques peuvent être apprêtées suivant les deux méthodes ci-dessous, prises parmi les six ou sept qui leur sont applicables.

COQUILLES SAINT-JACQUES A LA PARISIENNE

Temps de cuisson, 20 mn

Poser les coquilles sur le fourneau ou au four, 5 mn pour qu'elles s'ouvrent. Les détacher alors des coquilles, dont on réserve le côté creux, puis laver soigneusement les chairs à plusieurs eaux, car elles sont sableuses et supprimer totalement la partie noire qui constitue la poche excrémentielle de la bête. Ensuite cuire ces chair dans un petit court-bouillon composé du vin blanc (assez pour baigner), oignon et échalote émincés et un petit bouquet, sel et poivre. Cuire 10 mn et cuire aussi à part les champignons. Faire ensuite une sauce assez épaisse avec le beurre, la farine, mouiller avec la cuisson des coquilles passées à la passoire fine et compléter avec du lait, cuire cette sauce quelques minutes, puis couper en petits morceaux la chair des coquilles et les champignons, lier le tout avec la sauce et bien relever l'assaisonnement. Remuer sur le feu pendant 5 mn, puis retirer, ajouter le gruyère râpé ; garnir les coquilles creuses bien brossées et essuyées, semer dessus fromage et chapelure et faire gratiner. Servir brûlantes.

6 coquilles Saint-Jacques . 1 verre de vin blanc . 1 oignon . 1 échalote bouquet garni . 2 pincées de poivre . 80 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe de farine . 50 gr. de gruyère râpé . 6 cuillères à café de chapelure.

COQUILLES A LA DIABLE

Temps de cuisson, 20 à 25 mn

Cuire les chairs comme pour les coquilles Saint-Jacques à la parisienne, puis les hacher finement, faire revenir au beurre l'oignon haché, le poudrer de farine, mouiller avec de la cuisson passée, et ajouter la chair hachée, la mie de pain rassis trempée dans du lait froid, et pressée dans les mains, puis émiettée ; ajouter encore persil haché, sel et poivre moulu, la moutarde et cuire le tout ensemble quelques minutes, puis remplir les coquilles, y semer de la chapelure, arroser de beurre et gratiner.

6 coquilles Saint-Jacques . 1 oignon . 30 gr. de farine . voir ci-dessus pour le court-bouillon . 100 gr. de pain . 1/2 verre de lait . 2 cuillères à café de persil haché . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu . 1 cuillère à café de moutarde . 3 cuillères à soupe de chapelure . 30 gr. de beurre.

PILAF DE MOULES A L'ORIENTALE

Faire cuire du riz pilaf (voir riz) et d'autre part faire cuire des moules à la marinière. Avec la cuisson des moules faire une sauce blanche et y mêler une forte pincée de cary ou de safran suivant son goût. Lier avec cette sauce et dresser les moules décortiquées au milieu du riz disposé en bordure.

Voir la recette des moules à la marinière (page 50) et recette du riz pilaf (page 133)
1/2 litre de sauce blanche . 1/2 cuillère à café de cary ou de safran.

HOMARD A LA NEW-BURG

Temps de cuisson, 10 à 12 mn

Cuire le homard au court-bouillon, puis le décortiquer et couper la chair des queues en escalopes, casser les pinces et le coffre et en extraire les chairs. Faire chauffer légèrement ces chairs au beurre en sautoir, puis y mettre le cognac et le madère. Laisser mijoter quelques minutes puis mouiller avec la crème épaisse ; ajouter les champignons, lames de truffes, sel et cayenne. Faire réduire doucement et, au dernier moment, verser dans le sautoir une liaison composée de deux jaunes d'œufs et un peu de crème. Ne pas laisser bouillir et servir aussitôt.

Ceci est la meilleure et la plus simple manière de manger le homard chaud.

La langouste peut se préparer de même façon, mais le homard est meilleur chaud que la langouste.

Le homard à l'armoricaine dit par erreur : à l'américaine, est un peu compliqué pour ce recueil ; d'autant plus qu'il faut le couper tout vivant ce qui n'est pas toujours agréable pour une femme. Mes autres ouvrages plus complets traitent cette question à fond.

500 gr. de chair de homard . 125 gr. de beurre . 1 verre à liqueur de cognac 1 verre de madère . 85 gr. de crème 125 gr. de champignons . 1 truffe 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de cayenne . 2 jaunes d'œufs.

POISSONS D'EAU DOUCE

ANGUILLE DE RIVIÈRE MATELOTE D'ANGUILLE BOURGUIGNONNE

Temps de cuisson, 40 mn

Écorcher et couper en tronçons de 8 à 10 cm. de longueur l'anguille bien vidée et lavée ; mettre ces tronçons dans une casserole au fond de laquelle on aura mis un lit de : oignons, échalotes et une gousse d'ail en tranches minces, quelques grains de poivre et un petit bouquet garni. Par-dessus le poisson, recouvrir de bon vin rouge et saler légèrement, puis faire cuire à petits bouillons pendant une vingtaine de minutes.

Quand le poisson est cuit, le retirer morceau par morceau dans une autre casserole, puis laisser bien réduire la cuisson d'un tiers par l'ébullition pour qu'il n'y ait pas trop de sauce. Lier cette sauce en y mélangeant le beurre frais pétri avec la farine, c'est ce qu'on appelle un beurre manié. La cuisson doit alors devenir crémeuse au premier bouillon, mais comme le vin cuit a une vilaine couleur peu appétissante, il faut noircir cette sauce avec caramel ou arôme Patrelle, puis la passer à la passoire fine sur les morceaux d'anguille auxquels on ajoute une quinzaine de petits oignons cuits à part tout doucement au beurre et les champignons également cuits au beurre. Goûter la sauce et servir la matelote avec, autour, des croûtons de pain frits à l'huile.

La matelote peut se faire avec tous poissons à chair ferme, tels que : carpes, brochets tanches, perches, brèmes, etc... et aussi avec des poissons de mer à chair ferme : congres, anguilles de mer, lottes, daurades, etc... (1 kg. de poisson suffit pour six ou sept personnes).

1 kg. d'anguilles . 2 verres de vin rouge . 60 gr. d'oignons . 2 échalotes 1 gousse d'ail . quelques grains de poivre . bouquet garni . 1 cuillère à café de sel . liaison : 60 gr. de beurre . 20 gr. de farine . 1 cuillère à café d'arôme Patrelle . 100 gr. de petits oignons . 125 gr. de champignons . 60 gr. de beurre 6 croûtons frits.

ANGUILLE A LA TARTARE

Temps de cuisson dans la friture, 10 mn

Il faut faire cuire l'anguille comme il est dit pour la matelote d'anguille bourguignonne, puis quand elle est cuite, l'égoutter et la laisser refroidir, rouler les morceaux dans la farine d'abord, puis dans le blanc d'œuf battu avec l'huile et ensuite dans la chapelure de mie de pain blanche et non pas brune. Ensuite, ces morceaux d'anguille panés se font frire à friture brûlante ou se font griller au gril. Les servir chauds avec une sauce tartare (voir sauces).

Proportions comme pour la matelote d'anguille bourguignonne pour la première partie de la cuisson . 3 cuillères à soupe de farine . 1 blanc d'œuf . 1 cuillère à soupe d'huile . 50 gr. de chapelure blanche . 1/4 de litre de sauce tartare.

ALOSE (GRILLÉE ET A L'OSEILLE)

Temps de cuisson, 10 mn

L'alose est un poisson de mer de la famille des clupéides, mais qui remonte, au printemps, l'embouchure des fleuves et des rivières pour s'engraisser et se reproduire. Bien que contenant beaucoup d'arêtes, c'est un poisson apprécié qui atteint parfois une très grande taille. L'alose se fait griller après avoir été écaillée, vidée, lavée, épongée. Avant de la mettre sur le gril, il faut faire tout le long du corps de chaque côté, des

incisions ou coupures qui facilitent la pénétration de la chaleur et la cuisson. On la sert avec beurre, jus de citron et persil haché ; on peut aussi la cuire comme il est dit pour la matelote d'anguille bourguignonne et la servir sur de l'oseille cuite au beurre.

1 kg. d'alose . 125 gr. de beurre . 1 jus de citron . 3 cuillères à soupe de persil haché . 1 kg d'oseille.

BROCHET AU COURT-BOUILLON

Temps de cuisson, de 50 mn à 1 h 15

Préparer un court-bouillon, comme il est indiqué en tête de ce chapitre, en quantité proportionnée à la grosseur du poisson, afin que celui-ci soit entièrement immergé. Mettre le brochet bien écaillé et vidé dans le court-bouillon froid et mettre au feu ; dès que l'ébullition commence, retirer sur le côté du feu la poissonnière pour faire pocher ce poisson sans bouillir pendant une petite heure pour un brochet de 2 kg.

L'égoutter et ôter la peau, le dresser sur une serviette ployée qui absorbe l'humidité et servir soit avec du beurre fondu, soit avec une sauce blanche aux câpres, etc.... Le dépouiller avant de servir.

Les restes peuvent se servir froids à la mayonnaise, ou en coquilles à la sauce Mornay gratinées.

1 kg. de brochet . court-bouillon . 150 gr. de beurre ou 1/2 litre de sauce blanche aux câpres.

BROCHET EN BLANQUETTE

Temps de cuisson, 30mn

Couper le brochet en tranches assez épaisses et les faire blanchir au beurre. Saupoudrer alors de farine, mouiller avec le vin blanc, l'eau pour couvrir, ajouter petits oignons et champignons et laisser cuire lentement, bien assaisonner. Lier au dernier moment avec deux jaunes d'œufs et un peu de crème double.

Le brochet se fait aussi au bleu comme les truites ou s'accompagne de toutes les sauces possibles après la cuisson au court-bouillon.

1 kg. de brochet . 85 gr. de crème . 150 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe de farine . 1 verre de vin blanc . 1 verre d'eau . 60 gr. d'oignons . 100 gr. de champignons . 1/2 cuillère à soupe de sel . 1/2 cuillère à café de poivre moulu.

CARPE, BRÊME, TANCHE

Tous ces poissons peuvent subir les mêmes apprêts, soit bouillis au court-bouillon, soit en matelote, soit frits. Ils peuvent aussi se préparer en matelote au vin blanc au lieu de vin rouge.

1 kg. de poisson.

PERCHES

La perche est, en règle générale, servie frite. On procède comme il est expliqué plus loin pour la friture de Seine en observant les prescriptions indiquées pour la friture en tête de ce chapitre.

1 kg. 250 de perche.

TRUITES DE RIVIÈRE AU BLEU

Temps de cuisson, 6 à 8 mn

Simple et excellente manière de présenter les truites de rivière, à la condition de les avoir vivantes.

Il faut préparer et cuire d'avance un court-bouillon très vinaigré et condimenté, en quantité suffisante pour baigner les truites.

Saisir celles-ci avec un torchon pour éviter qu'elles glissent des mains, leur frapper la tête sur le bord d'une table ou d'une pierre, puis les vider vivement, sans les écailler afin de conserver tout le limon qui enveloppe la truite et qui lui donne justement cette

teinte bleue qui justifie la dénomination. Les laver vivement et les jeter dans le court-bouillon bouillant ; 6 à 8 mn de cuisson suffisent. Égoutter et dresser les truites dans un plat creux avec un peu de leur court-bouillon et servir en même temps une saucière de beurre fondu et des morceaux de citron.

6 petites truites . court-bouillon très condimenté . 125 gr. de beurre . 1 citron 1/2.

TRUITES A LA MEUNIÈRE

Temps de cuisson, 10 à 15 mn

Il n'est pas nécessaire que les truites soient vivantes, les vider, écailler et couper les nageoires, les laver et essuyer, puis les rouler dans du lait froid bien salé et ensuite dans, de la farine, et aussitôt les cuire à la poêle avec du beurre bien chaud, saler et poivrer de chaque côté, bien les dorer et quand elles sont bien cuites (15 mn environ) les dresser sur le plat chaud et les arroser de jus de citron et de beurre brûlant, semer du persil dessus.

Tous les poissons peuvent se faire à la meunière, les petits entiers, les gros en tranches.

6 petites truites . 1 verre de lait . 1 cuillère à café de sel . 3 cuillères à soupe de farine . 125 gr. de beurre . 1 pincée de poivre moulu . 2 citrons . 3 cuillères à soupe de persil haché.

PETITE FRITURE DE SEINE

Temps de cuisson, 5 à 7 mn par fournée

Sous le nom générique de friture, on désigne les tout petits poissons, tels que : goujons, gardons, ablettes, hottus, vairons, etc..., ou éperlans et équilles pour les poissons de mer ; il faut les vider et nettoyer, mais ne pas les laisser séjourner dans l'eau, ce qui ramollit les chairs. Dès qu'ils ont été lavés et égouttés, les tremper 5 mn dans du lait froid salé, puis les sortir et les rouler abondamment dans la farine et les plonger par petite quantité dans une friture (d'huile de préférence) abondante et bien brûlante. La friture doit être croquante et pour cela se conformer aux indications sur le poisson frit. Servir en buisson sur serviette avec quartiers de citron autour.

1 kg. de petits poissons . 1 verre de lait . 1 cuillère à café de sel . 150 gr. de farine bain de friture à l'huile . 3 citrons.

WATERZOÏ DE POISSON A LA FLAMANDE

Temps de cuisson, 45 mn

Ce plat, d'origine flamande, est absolument le pendant de notre classique matelote. Il faut pour le faire des poissons de rivière variés, tels que : brochet, carpe, tanche, anguille, etc... ; couper le poisson en tronçons et le mettre à cuire avec de l'eau qui doit le baigner, ajouter sel, poivre, bouquet de persil et sauge, un peu de céleri émincé finement, et un fort morceau de beurre. Cuire à feu assez vif pour que la cuisson réduise et qu'il n'en reste que juste le nécessaire pour servir ; puis lier cette cuisson qui est très claire avec les biscottes écrasées. En aucun cas la sauce ne doit être épaisse car on sert en même temps des tartines minces de pain beurré et de préférence du pain noir. Pour servir, on verse le tout dans un plat rond bien chaud et on ne retire seulement que le bouquet.

1 kg. 500 de poissons de rivière variés . 1 cuillère 1/2 à café de sel . 3 pincées de poivre . bouquet garni . 100 gr. de beurre 1/2 litre d'eau . 2 biscottes

GRENOUILLES SAUTÉES FINES HERBES

Temps de cuisson, 10 mn

Les grenouilles s'achètent en brochettes toutes préparées mais il faut encore couper les doigts des pattes avec des ciseaux. On les fait sauter à la poêle au beurre bien chaud, les assaisonner très fortement. Dresser en timbale avec persil haché et quartiers de citron.

6 douzaines de grenouilles . 100 gr. de beurre . 1 cuillère 1/2 à café de sel 1/2 cuillère à café de poivre moulu . 2 cuillères à café de persil haché . 3 citrons.

GRENOUILLES A LA POULETTE

Temps de cuisson, 10 mn

Les cuire doucement au beurre pour éviter la coloration et les faire mijoter dans de la crème et les lier aux jaunes d'œufs. Les dresser avec persil haché.

6 douzaines de grenouilles . 50 gr. de beurre . 85 gr. de crème . 2 jaunes d'œuf 2 cuillères à café de persil haché.

GRENOUILLES EN BEIGNETS

Temps de cuisson, 5 à 7 mn

Faire macérer d'avance les cuisses de grenouilles avec sel, poivre, persil haché et filet de vinaigre. Les éponger au dernier moment et les tremper dans une pâte à frire, les plonger 5 mn à friture brûlante ; servir en buisson avec persil.

6 douzaines de grenouilles . 1 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu 2 cuillères à café de persil haché . 1/2 verre de vinaigre . pâte à frire avec 250 gr. de farine.

ESCARGOTS

Temps de cuisson 2 h

Je place ici ce gastéropode, bien que ce ne soit pas un habitant de l'onde, mais comme il est seul de sa catégorie, je ne puis ouvrir un chapitre exprès.

Les escargots se laissent jeûner dans un récipient couvert d'un grillage serré. Lorsqu'ils ont formé à l'orifice de leur coquille une cloison calcaire, les faire dégorger plusieurs heures dans de l'eau salée et vinaigrée, de sorte qu'ils rendent leur limon ; les brasser et laver à plusieurs eaux et les mettre au feu couverts d'eau une huitaine de minutes ; puis les égoutter, rincer, sortir de leur coquille et supprimer le bout noir excrémentiel ; les laver encore et les cuire doucement avec vin blanc, sel, poivre, bouquet, ail. Les laisser refroidir dans leur jus, puis les remettre dans leurs coquilles bien lavées et séchées, et remplir celles-ci avec du beurre pétri avec sel, poivre, échalotes, ail et persil hachés. Les passer à four brûlant 5 à 6 minutes.

Par mesure d'économie, on peut mélanger au beurre un peu de mie de pain.

6 douzaines d'escargots . 50 gr. de sel gris . 2 verres de vinaigre . 2 verres de vin blanc . 1 verre d'eau . 1 cuillère à café de sel . 1/2 cuillère à café de poivre moulu . 1 bouquet garni . 1 gousse d'ail . Farce : 250 gr. de beurre 2 échalotes . 3 gousses d'ail . 2 cuillères à soupe de persil haché . 1/2 cuillère à café de sel . 1/2 cuillère à café de poivre moulu.

LES ŒUFS

LES ŒUFS

Pour 6 personnes

ŒUFS POCHÉS

Temps de cuisson, 5 mn

Il ne faut employer que des œufs très frais, susceptibles d'être mangés à la coque.

Faire bouillir dans une casserole assez large et plate si possible, une bonne quantité d'eau vinaigrée. Casser dans cette eau bien bouillante les œufs, pas trop à la fois, pour qu'ils soient à leur aise et puissent s'envelopper sans être gênés, ce qui leur conserve leur forme ovoïde ; ne pas laisser bouillir, mais seulement frémir l'eau pendant la cuisson qui demande de 2 à 3 mn suivant la grosseur des œufs. A mesure qu'ils sont cuits les enlever à l'écumoire et les mettre dans un récipient d'eau chaude, mais pas bouillante, afin de les rincer, de les débarrasser du goût de vinaigre et de les tenir au chaud sans qu'ils continuent de cuire. Ceci étant apprêté même d'avance, il ne reste plus qu'à servir les œufs sous les formes suivantes.

6 œufs . 4 cuillères à soupe de vinaigre . 2 litres d'eau. 1/2 cuillère à soupe de sel.

ŒUFS POCHÉS AU JUS

Temps de cuisson, 5 mn

Dresser les œufs, bien égouttés d'abord, sur des croûtons de pain frits ou simplement dans des petites cocottes en porcelaine chaudes, puis les arroser chacun d'une bonne cuillère à soupe de bon jus de viande, jus de rôti de veau, par exemple, assez réduit pour n'être pas trop plat.

6 œufs . 6 tranches de pain à toast . 125 gr. de beurre . 6 cuillères à soupe de jus de viande.

ŒUFS POCHÉS A L'ESTRAGON

Préparer comme ci-dessus, mais faire infuser dans le jus une pincée d'estragon frais haché grossièrement.

ŒUFS POCHÉS A LA MORNAY

Temps de cuisson, 15 mn

Préparer une sauce Mornay (voir sauces) bien relevée, puis des œufs pochés pas trop cuits, puisqu'ils doivent repasser au four, et gratiner sans devenir durs. Pour faciliter ce résultat, il faut, après cuisson, plonger les œufs dans de l'eau froide, puis bien refroidis les égoutter, les dresser dans un plat à gratin, les napper copieusement de sauce Mornay bouillante. Les poudrer de chapelure, arroser de beurre et les gratiner à four vif, pour les servir sans plus attendre.

6 œufs . 1/2 litre de sauce Mornay . 3 cuillères à soupe de chapelure . 30 gr. de beurre.

ŒUFS POCHÉS A LA FLORENTINE

Temps de cuisson, 30 mn

Placer huit œufs pochés froids sur un lit d'épinards en feuilles sautées au beurre. Les recouvrir copieusement de sauce Mornay, les poudrer de chapelure, arroser de beurre et les faire gratiner vivement.

6 œufs . 1 kg. d'épinards . 75 gr. de beurre . 1/2 litre de sauce Mornay 2 cuillères à soupe de chapelure.

ŒUFS POCHÉS EN MATELOTTE

Temps de cuisson, 45mn

Faire bouillir dans un sautoir le vin rouge, et y faire pocher les œufs dedans. Les égoutter et réduire le vin que l'on a assaisonné et aromatisé. Quand il est bien réduit à la quantité strictement nécessaire pour napper les œufs, le lier avec le beurre manié avec une forte pincée de farine, de façon à obtenir une sauce crémeuse, puis la retirer du feu et y remettre encore un bon morceau de beurre fin et un peu de caramel pour donner une teinte franchement brune. Dresser les œufs sur croûtons de pain frits et les napper avec la sauce. Ajouter si l'on veut des champignons.

6 œufs . 1/2 litre de vin rouge . 1/2 litre d'eau . 1 oignon . 1 gousse d'ail bouquet garni . 1/2 cuillère de sel . 1 pincée de poivre moulu.

ŒUFS POCHÉS A LA POLONAISE

Temps de cuisson, 15 mn

Avec un reste de bœuf bouilli de peu d'importance, faire un fin hachis, le lier avec la sauce tomate ; bien assaisonner et mettre ce hachis bien bouillant dans le fond d'un plat, poser dessus les œufs pochés (un par personne) et recouvrir ceux-ci avec la mie de pain rassise, pulvérisée et frite au beurre, bien grillée. Délicieux, nutritif et économique.

6 œufs . 300 gr. de reste de bœuf bouilli . 1 verre de sauce tomate . 6 cuillères à soupe de chapelure . 50 gr. de beurre.

ŒUFS MOLLETS

Temps de cuisson, 5 à 7 mn suivant les goûts

Ce sont des œufs cuits comme des œufs à la coque, mais 5 ou 6 mn environ, de façon à pouvoir être épluchés et tenir le milieu entre l'œuf coque et l'œuf dur, le jaune restant liquide. Ils se servent comme les œufs pochés ou froids avec de la gelée.

6 œufs . 1/2 litre d'eau . 1 cuillère à café de sel.

ŒUFS A LA COQUE

Temps de cuisson, 2 à 3 mn 1/2 suivant les goûts

Les œufs destinés à être traités à la coque doivent être d'une fraîcheur irréprochable. On peut les cuire de plusieurs façons ; on peut les plonger dans de l'eau bouillante pendant 2 mn et demie à 3 mn, suivant qu'on les aime plus ou moins cuits ; on peut également les mettre à l'eau froide et les retirer sitôt la première ébullition.

6 œufs . 1/2 litre d'eau.

ŒUFS DURS

Temps de cuisson, 10 mn

Bien qu'il soit très facile de faire des œufs durs, faut-il encore observer certaines règles pour les obtenir parfaits.

Mettre les œufs dans de l'eau en pleine ébullition, de manière que le blanc, étant saisi immédiatement, le jaune reste bien au milieu ; les laisser cuire 8 à 9 mn et les jeter ensuite dans l'eau froide, ce qui permet, par la brusque transition, d'éplucher la coquille très facilement.

Ces quelques prescriptions bien observées vous permettront d'obtenir des œufs juste à point, suivant leur grosseur.

6 œufs . 1/2 litre d'eau . 1/2 cuillère à soupe de sel.

ŒUFS DURS A L'OSEILLE

Faire cuire dans une casserole d'eau bouillante l'oseille épluchée, puis au bout de 4 mn de cuisson, l'égoutter à fond, la passer au tamis ou à la passoire, ou même la laisser ainsi en feuilles ; lui mêler alors la sauce béchamel ; l'assaisonner et la laisser cuire doucement une demi-heure pour qu'elle perde son acidité et ensuite la lier avec un œuf entier, bien battu, lui redonner un bouillon et la servir avec des moitiés d'œufs durs dessus.

6 + 1 œufs . 1 kg. d'oseille . 1/4 de litre de sauce béchamel.

Œufs pochés à l'estragon —
Œufs pochés à la polonaise —

ŒUFS DURS A LA TRIPE

Faire cuire à l'eau salée les oignons coupés en lames minces, puis les égoutter et les lier avec la sauce béchamel ; assaisonner assez relevé de sel et poivre, puis ajouter les œufs durs épluchés et coupés en tranches. Laisser mijoter 5 mn et servir avec persil haché dessus.

6 œufs . 2 gros oignons . 1/4 de litre de sauce béchamel . 1 cuillère à soupe de vinaigre . poivre moulu 2 cuillères à soupe de persil haché.

ŒUFS DURS A LA CRÈME

Temps de cuisson, 20 mn

Lier seulement les œufs durs coupés en tranches avec de la sauce béchamel et quelques cuillères de crème double. Bien assaisonner et servir comme ci-dessus, mais sans oignons ni persil haché.

6 œufs . 1/4 de litre de sauce béchamel . 85 gr. de crème.

ŒUFS DURS FARCIS

Temps de cuisson, 20 mn

Couper en deux les œufs durs froids, écraser les jaunes avec le beurre, sel et poivre, les champignons cuits hachés et le persil. Remplir les blancs d'œufs avec cette purée, ranger les œufs dans un plat à gratin, les recouvrir de sauce Mornay, et les faire gratiner. Servir de suite.

6 œufs . 125 gr. de champignons . 2 cuillères à soupe de persil haché . 1/3 de litre de sauce Mornay . 50 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu.

ŒUFS DURS A LA MAYONNAISE

Temps de cuisson, 10 mn

Mettre de la sauce mayonnaise au fond d'un ravier ou d'un plat creux et placer dessus des œufs durs froids, soit partagés en deux, soit en rondelles minces. Ces œufs se servent généralement comme hors-d'œuvre.

6 œufs . 1/4 de litre de mayonnaise.

ŒUFS FRITS

Temps de cuisson, 1 mn 1/2

Pour faire des œufs frits, il les faut très frais comme pour pocher ; il faut faire chauffer très fortement jusqu'à ce qu'elle soit brûlante un grand verre d'huile dans une petite poêle ; la pencher pour amener toute l'huile dans un petit coin. Casser un œuf à la fois dans une assiette et semer un rien de sel fin dessus, puis le précipiter dans l'huile brûlante et aussitôt avec une spatule bien sèche on ramasse le blanc qui s'est étendu et boursouflé et on le ramène délicatement sur le jaune pour envelopper celui-ci et redonner à l'œuf sa forme ovoïde. Cuire les œufs ainsi l'un après l'autre en laissant moelleux le jaune ; le blanc seul devant être cuit, il ne faut pas même 2 mn pour cuire l'œuf.

Ces œufs se servent ensuite sur serviette et s'accompagnent d'une sauce tomate.

On peut aussi les servir sur une tranche de jambon frit ou sur des moitiés de tomates grillées.

6 œufs . 1 verre d'huile . 1/4 de litre de sauce tomate.

ŒUFS BROUILLÉS AUX CROÛTONS

Temps de cuisson, 6 à 10 mn

Casser dans une petite casserole bien beurrée les œufs entiers, ajouter sel et poivre, la sauce béchamel très claire, et placer la casserole au bain-marie bouillant, puis remuer les œufs vivement avec le fouet jusqu'à ce qu'ils soient devenus comme une crème épaisse bien liée, sans grumeaux. On peut ajouter la crème épaisse ou le beurre ; au moment de servir y jeter dedans une petite poignée de petits croûtons de mie de pain coupés en petits cubes et frits au beurre.

6 œufs . 60 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu 55 gr. de crème . 18 petits croûtons . 2 décilitres de sauce béchamel très claire.

↑ Œufs frits
← Œufs brouillés aux truffes

ŒUFS BROUILLÉS AUX CHAMPIGNONS

Temps de cuisson, 6 à 10 mn

Dans les œufs brouillés ci-dessus, remplacer les croûtons de pain par les champignons émincés et sautés au beurre à cru.

On peut garnir ainsi les œufs brouillés avec jambon, crevettes, fonds d'artichauts, pointes d'asperges, etc..., en procédant de même ; les légumes durs comme asperges ou artichauts seront cuits d'abord, puis coupés en dés et sautés au beurre avant d'être mêlés aux œufs brouillés.

6 œufs . 60 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu 55 gr. de crème . Remplacer les croûtons par 125 gr. de champignons . 2 décilitres de sauce béchamel très claire.

ŒUFS BROUILLÉS AU FROMAGE

Temps de cuisson, 6 à 10 mn

Ajouter au moment de servir le gruyère râpé dans les œufs brouillés.

Proportions ci-dessus . Remplacer les champignons par 50 gr. de gruyère râpé.

ŒUFS BROUILLÉS AUX FINES HERBES

Temps de cuisson, 6 à 10 mn

Hacher finement persil, cerfeuil, estragon et les mélanger aux œufs au début de la cuisson pour qu'ils donnent bien leur arome aux œufs.

Proportions ci-dessus . Les croûtons sont remplacés par les fines herbes : 3 cuillères à café de persil haché . 2 cuillères à café de cerfeuil haché . 1 cuillère à café d'estragon haché.

ŒUFS BROUILLÉS CHASSEUR

Temps de cuisson, 15 mn

Dresser les œufs brouillés en plat creux et mettre au millieu les foies de volaille sautés avec les champignons. Semer dessus du persil haché.

Proportions ci-dessus . 50 gr. de champignons . 3 foies de volailles 2 cuillères à café de persil haché.

ŒUFS BROUILLÉS MORÉNO

Temps de cuisson, 20 mn

Dresser les œufs brouillés dans de belles demi-tomates vidées et cuites à l'huile et disposer un buisson d'oignons frits au milieu.

Proportions ci-dessus . 6 tomates . 1 verre d'huile . 100 gr. d'oignons.

ŒUFS BROUILLÉS FORESTIÈRE

Temps de cuisson, 20 mn

Ajouter dans les œufs brouillés les morilles sautées au beurre et de très fins lardons de lard maigre, également frits au beurre, les dresser en timbale et mettre au milieu un bouquet de tomates sautées sur lequel on sème un peu de persil.

Proportions ci-dessus . 100 gr. de morilles . 50 gr. de beurre . 50 gr. de lard maigre . 3 tomates . 2 cuillères à café de persil haché.

ŒUFS BROUILLÉS AUX TRUFFES

Temps de cuisson, 15 mn

Émincer la truffe, la faire légèrement chauffer sans roussir dans le beurre. En verser la moitié dans les œufs avant de les mélanger et faire cuire selon la méthode indiquée. Les verser dans les ramequins et les décorer du reste de truffe.

Proportions ci-dessus . 1 petite truffe ou 1 petite boite de morceaux de truffe ou 1 petite boîte de pelures de truffes . 15 gr. de beurre.

ŒUFS EN COCOTTE

Temps de cuisson, 6 mn

Les œufs en cocotte représentent encore une variante d'œufs pochés puisqu'ils sont cassés dans des cocottes en porcelaine et cuits au bain-marie ; il n'y a pas une grande variété d'œufs en cocotte, l'exiguïté du récipient ne se prêtant pas à de nombreuses garnitures.

6 œufs.

ŒUFS COCOTTE A LA CRÈME

Temps de cuisson, 6 mn

Chauffer un peu les cocottes ; y mettre un doigt de crème bouillante et y casser des œufs très frais. Placer les cocottes au bain-marie, assaisonner les œufs et les faire mijoter 2 mn sur le côté du feu ; et les passer 3 mn au four avec une tôle pour couvrir les œufs.

Dresser les cocottes sur serviette.

6 œufs . 125 gr. de crème . 6 pincées de sel . 6 pincées de poivre moulu.

ŒUFS COCOTTE A LA BERGÈRE

Temps de cuisson, 8 mn

Manier ensemble un petit morceau de beurre mou avec les champignons cuits hachés, un peu de persil haché, sel et poivre. Tapisser le fond et le tour des cocottes ; casser un œuf dans chacune et cuire comme ci-dessus au bain-marie.

6 œufs . 60 gr. de champignons . 50 gr. de beurre . 2 cuillères à café de persil haché . 1 cuillère à café de sel . 1/2 cuillère à café de poivre moulu.

ŒUFS COCOTTE A LA COLBERT

Temps de cuisson, 6 mn

Ce sont des œufs en cocotte à la crème, mais en ajoutant un peu de fines herbes hachées à la crème, puis quand les œufs sont cuits, entourer le jaune avec un cordon de beurre pétri avec sel, poivre, jus de viande réduit et fines herbes.

6 œufs . 125 gr. de crème . 6 pincées de sel . 6 pincées de poivre moulu 3 cuillères à café de fines herbes hachées . 50 gr. de beurre.

ŒUFS COCOTTE A LA SAINT-HUBERT

Temps de cuisson, 4 à 5 mn

Mettre au fond des cocottes un fin hachis de gibier lié avec un peu de sauce *ad hoc* ; y casser les œufs, et faire pocher selon la règle. Arroser les œufs avant de servir avec une sauce au coulis de gibier. Ceci pour utiliser un reste de gibier de la veille.

6 œufs . gibier haché.

ŒUFS SUR LE PLAT

Temps de cuisson, 3 à 5 mn

Faire fondre un peu de beurre dans le plat, puis casser dessus des œufs, bien frais, les laisser prendre un peu au fond du plat et les mettre 1 ou 2 mn au four chaud pour cuire le blanc légèrement sans atteindre le jaune. Aussitôt cuits, semer un peu de sel dessus et servir.

6 œufs . 50 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel fin . 2 pincées de poivre moulu.

ŒUFS AU BEURRE NOIR

Temps de cuisson, 4 à 6 mn

Les œufs sur le plat étant légèrement cuits, verser dessus une cuillère de beurre noir pour chaque œuf. Le beurre noir s'obtient simplement en faisant un peu brûler à la poêle 40 ou 50 gr de beurre frais non salé ; il doit être bien noir, mais sans avoir contracté un goût amer.

6 œufs . 100 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel fin.

OMELETTE AU NATUREL

Temps cuisson, 4 à 5 mn

Procéder comme pour l'omelette aux fines herbes, ci-dessous.

8 œufs . 30 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe d'eau . 1/2 cuillère à café de sel fin.

OMELETTE AUX FINES HERBES

Temps de cuisson, 4 à 5 mn

L'omelette paraît une chose facile à faire et, cependant, il faut un tour de main pour bien la présenter, roulée et moelleuse.

On casse les œufs dans une terrine, auxquels on ajoute le beurre divisé en petits morceaux, une forte pincée de persil, autant de cerfeuil et de ciboulette, le tout finement haché ; battre ensuite les œufs avec une grande fourchette. D'autre part, faire fondre le beurre dans une poêle placée sur un bon feu ; lorsque le beurre est bien chaud, verser dans la poêle les œufs battus, les tourner avec une fourchette jusqu'à ce qu'ils

commencent à prendre une légère consistance. Faire alors glisser l'omelette sur un côté de la poêle en la tenant penchée et, après l'avoir repliée sur elle-même, la faire glisser hors de la poêle sur un plat et la servir bien chaude.

8 œufs . 30 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe d'eau . 1/2 cuillère à café de sel fin 2 cuillères à soupe de fines herbes hachées.

OMELETTE AUX POMMES DE TERRE

Couper en dés ou en lames, les pommes de terre cuites dont on dispose et les faire sauter et rissoler au beurre à la poêle, puis verser les œufs battus dessus et remuer pour faire l'omelette. Il faut environ deux œufs par personne, mais pour cinq personnes par exemple, on peut gagner un œuf ou deux, surtout avec une omelette garnie de légumes quelconques.

Omelette au naturel . 3 pommes de terre . 30 gr. de beurre.

OMELETTE PAYSANNE

Faire revenir quelques lardons de lard de poitrine assez petits et aussi quelques pommes de terre en petits dés, puis le tout étant réuni et bien rissolé et brûlant, verser les œufs battus (très peu salés à cause du lard) et remuer à la fourchette, puis quand elle commence à cuire la laisser prendre un instant et la retourner comme une crêpe. Cette omelette se sert plate et non roulée.

Omelette au naturel . 60 gr. de lard maigre . 1 pomme de terre . Pas de sel.

OMELETTE AU JAMBON

Temps de cuisson, 4 à 5 mn

Couper en petits cubes le jambon cuit bien maigre et le faire rissoler au beurre, puis verser les œufs dessus et faire l'omelette habituelle.

Omelette au naturel . 60 gr. de jambon . 20 gr. de beurre.

OMELETTE AUX CHAMPIGNONS

Procéder comme pour celle au jambon avec les champignons en lames minces.

Omelette au naturel . 100 gr. de champignons . 30 gr. de beurre.

OMELETTE AUX TOMATES

Temps de cuisson, 8 mn

Ébouillanter les tomates bien rouges, les peler, les partager en deux par le travers et les presser pour évacuer l'eau et les graines. Les couper ensuite en quatre et les faire sauter au beurre à la poêle, avec sel, poivre et persil haché, puis les tenir en réserve au chaud dans une casserole, essuyer la poêle et avec un peu de beurre faire l'omelette ; quand elle est cuite, avant de la rouler on place la fondue de tomates au milieu, de sorte que lorsqu'elle est renversée sur le plat, la tomate est dissimulée dans le milieu. Si l'on mélangeait la tomate dans les œufs battus, l'humidité de la tomate ferait coller l'omelette à la poêle.

Omelette au naturel . 200 gr. de tomates . 40 gr. de beurre . 1 cuillère à café de persil haché . sel et poivre.

OMELETTE A L'OSEILLE

Éplucher une poignée d'oseille, la laver, la couper finement comme du tabac et la faire fondre au beurre, puis la mélanger dans les œufs battus et faire l'omelette habituelle.

Omelette au naturel . 1 cuillère à soupe d'oseille cuite ou 1 poignée d'oseille crue 20 gr. de beurre.

OMELETTE A LA LYONNAISE

Faire cuire au beurre une forte proportion d'oignons et les mélanger aux œufs avec persil haché. Faire l'omelette comme de coutume.

Omelette au naturel . 10 ou 12 petits oignons . 1 cuillère à café de persil haché 30 gr. de beurre.

OMELETTE ARLÉSIENNE

Fourrer l'omelette au milieu avec une fondue de tomate et d'aubergines additionnée d'un peu d'ail et en réserver une cuillère pour mettre sur le dessus, coulis de tomates autour.

Omelette au naturel . 100 gr. de tomates . 100 gr. d'aubergines . 1 gousse d'ail.

OMELETTE MOUSSELINE

Temps de cuisson, 4 à 5 mn

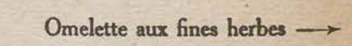
Ce genre d'omelette est absolument différent de l'omelette ordinaire.

Mettre dans une terrine les jaunes d'œufs avec sel et poivre et la crème épaisse. Délayer le tout à la cuillère et y mélanger les blancs d'œufs en neige. Procéder ensuite comme pour l'omelette ordinaire en employant une plus grande poêle et un peu plus de beurre.

6 œufs . 40 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu. 3 cuillères à soupe de crème.

NOTE DE L'AUTEUR. — On peut garnir les omelettes de toutes sortes de légumes ou de crevettes, de croûtons, etc.... Le procédé reste le même ; il est donc inutile d'étendre davantage ce chapitre.

LES VIANDES DE BOUCHERIE



Omelette aux fines herbes ⟶

LES VIANDES DE BOUCHERIE

Pour 6 personnes

CONSIDÉRATIONS SUR LA BOUCHERIE

Les viandes de boucherie destinées à être grillées ou rôties doivent être tendres rassises, le grain de la viande doit être lisse, velouté si l'on passe le pouce sur la tranche. La viande doit être bien rouge et veinée, marbrée de graisse, sans excès. Les viandes blanchâtres appartiennent aux jeunes bêtes et ne sont pas suffisamment saignantes ; les viandes noires proviennent de taureaux ou de vieux animaux et sont dures. Le temps de cuisson des viandes saignantes est basé sur un quart d'heure par livre pour des pièces de 3 à 4 livres, mais un morceau d'une livre exige plus d'un quart d'heure, car il faut toujours le temps de saisir le tour.

Le mouton pour être bon doit être un peu gras, un mouton sec n'est pas susceptible de fournir un bon rôti. Le veau, lui, doit être bien blanc et servi bien cuit. L'agneau également.

Pendant les chaleurs estivales, ne pas abuser de la viande, qui n'est pas d'ailleurs au summum de ses qualités, surtout le bœuf et le mouton. Le veau, lui, s'il est de bonne qualité, peut être consommé à toute époque ; cela ne signifie pas d'abandonner complètement la nourriture carnée, mais seulement de l'intercaler de beaucoup de légumes. Cela dépend aussi de la dépense d'énergie de l'individu, du travail qu'il fait, de la force musculaire dépensée. Ce petit guide qui n'a aucune prétention médicale, ni même savante, n'a pour but que de donner des directives générales.

Dans chacune des recettes de boucherie, vous trouverez l'indication du morceau de viande qui convient pour que le plat soit aussi savoureux que possible, ainsi que le poids nécessaire pour un nombre de personnes donné ; on peut pour cela se baser sur 150 gr. de viande brute par personne ou 120 gr. nets.

La cuisson de la viande de boucherie se fait, soit : rôtie, grillée, braisée, sautée ou, parfois, bouillie, comme la blanquette ou la plupart des abats.

LES RÔTIS

Temps de cuisson, 15 mn pour 500 gr. de viande rouge

Pour rôtir les viandes, on emploie la broche ou le four, parfois la cocotte, lorsque l'été on n'a pas de four chaud. Ainsi qu'il est indiqué dans les recettes qui concernent le rôti, celui-ci doit être ou piqué de fins lardons, comme un filet de bœuf ou enveloppé d'une barde de lard gras, puis salé et mis au four d'autant plus chaud que le morceau est petit. Un rôti doit s'arroser souvent pendant sa cuisson avec la graisse qui en découle et se saler plusieurs fois, mais peu à la fois avec du sel fin. 15 mn de cuisson par livre en règle générale avec, cependant, les exceptions qui sont signalées dans les recettes qui suivent.

750 gr. de viande . 1 cuillère à café de sel fin . 20 gr. de beurre . 1/4 de verre d'eau.

LA GRILLADE DE BOUCHERIE

Chauffer le gril d'avance, pour que la viande ne se colle pas sur les barreaux du gril, puis beurrer ou huiler la viande et la poser sur le gril. On grille les entrecôtes, les beefsteacks, les tournedos, les côtes de mouton ; les escalopes parfois et, suivant l'épaisseur du morceau de viande, on tient dessous un feu plus ou moins vif ; il en est

↑— Aiguillette de bœuf à la flamande

←— Tournedos Henri IV

de la boucherie comme du reste, plus la pièce est mince, plus elle doit être saisie, si c'est de la viande saignante que l'on veut ; si on grille du veau, on fait cuire moins vite, puisque le veau ne doit jamais être consommé saignant. Changer la viande de place en la faisant cuire pour que les barreaux du gril soient bien marqués, en quadrillage, et saler pendant la cuisson.

6 morceaux de 125 à 150 gr. de viande . 1 cuillère à soupe d'huile . 1/2 cuillère à café de sel fin.

LES BRAISÉS

Les viandes qui sont cuites braisées, ont pour type le bœuf en daube ou le bœuf mode, c'est-à-dire des viandes cuites longuement avec leur jus ou leur sauce d'accompagnement ; les ragoûts sont des viandes braisées et la caractéristique du bon braisage c'est de cuire très lentement à ébullition si faible, qu'elle soit à peine perceptible. C'est ce que l'on appelle une cuisine mijotée ou compotée.

1 kg. de viande . 40 gr. de beurre ou autre matière grasse.

LES SAUTÉS

Temps de cuisson, 3 à 12 mn suivant l'épaisseur

Les sautés sont des viandes cuites au beurre ou à la graisse soit à la poêle, soit à la casserole sauteuse. Il y a des sautés qui sont entièrement cuits à sec avec le beurre, tels par exemple des beefsteacks à la poêle, des escalopes, les côtelettes, en un mot des petites pièces que l'on pourrait faire griller, si l'on voulait.

Il y a aussi des viandes qui sont dites sautées et qui, étant cuites avec leur sauce, constituent des ragoûts. On dit un sauté de veau Marengo, ou aux petits pois, eh bien c'est un ragoût avec très peu de sauce !

Pour reconnaître si une viande sautée ou grillée est assez cuite d'un côté pour pouvoir être retournée, il faut que l'on voie le sang venir perler ou humecter la surface crue de la pièce ; on la retourne alors sans la piquer, car le sang sortirait par les trous, et la laisser cuire de l'autre côté jusqu'à ce que l'on voie également une humidité venir sur la surface cuite : la viande est alors saignante. Si on la veut bien cuite, on la laisse davantage.

Ces explications complèteront les recettes qui suivent, mais je demande à chacun de bien les lire et de s'en pénétrer.

600 à 700 gr. de viande . 40 gr. de beurre.

LA BOUCHERIE

Dans ce domaine, la France possède encore la maîtrise.

Les bœufs de ses pâturages merveilleux, que ce soit du Charolais, du Limousin, de Normandie ou du Nivernais, peuvent soutenir la comparaison avec n'importe quel produit de race étrangère ; ses moutons de pré-salé, de même que ses agneaux de Pauillac ou de Béhague se classent également en tête de la production bovine européenne. La qualité de nos animaux de boucherie a donc été un facteur essentiel de la prédominance de la cuisine française.

D'ailleurs, dans aucun pays les boutiques de boucherie n'ont un aspect et n'offrent une présentation de la viande aussi appétissante et agréable à l'œil que chez nous.

Pour commencer cette leçon, nous parlerons du bœuf et de divers accommodements qui lui sont propres dans la cuisine de ménage.

LE BŒUF

BŒUF A LA MODE

Temps de cuisson, 4 à 5 h

Il est préférable de faire un bœuf à la mode en assez forte quantité, d'autant plus qu'il supporte très bien le réchauffement et aussi qu'il est très prisé servi froid en gelée ; certaines personnes le préfèrent ainsi. On prend du bœuf soit dans la culotte, la tranche, l'aiguillette ou le rond ; ce dernier morceau est généralement à l'étal du boucher, tout lardé intérieurement de gros lardons de lard gras, nécessaires pour que la viande ne paraisse pas aussi sèche.

Il faut faire revenir le bœuf à la cocotte avec un peu de saindoux, puis quand il est roussi de partout, le mouiller avec de l'eau (et, si l'on veut un verre de vin blanc), jusqu'à hauteur de la viande. Ajouter autour le pied de veau désossé et les couennes que l'on aura d'abord ébouillantés 5 mn et rincés ensuite, ajouter sel, poivre, bouquet garni, couvrir et laisser cuire doucement pendant 1 h 30 à 2 h ; à ce moment, y ajouter une trentaine de petits oignons et assez de carottes en épaisses tranches pour constituer la garniture. Si le jus a l'air trop pâle, le brunir au caramel, et si l'on n'a pas de petits oignons, en mettre de plus gros coupés en quatre. Laisser finir de cuire encore 1 h 30 doucement, bien dégraisser la sauce et servir le bœuf avec sa garniture à laquelle on mêle le pied de veau coupé en morceaux. Servir le reste froid le lendemain.

1 kg. de bœuf . 1 pied de veau . 150 gr. de bardes de lard . 30 gr. de saindoux 2 verres de vin blanc . 1 verre d'eau . 60 gr. d'oignons . 1 kg. de carottes 1 cuillère à café de sel . 1/2 cuillère à café de poivre moulu . 1 bouquet garni.

BŒUF EN DAUBE

Temps de cuisson, 4 h

Il faut prendre du bœuf dans les mêmes parties que ci-dessus, mais on le coupe en gros carrés, dans le milieu de chacun desquels on introduit un lardon roulé dans du persil et de l'ail haché ; mettre ces morceaux dans une cocotte pas trop grande, au fond de laquelle on aura placé quelques morceaux de couenne de porc, ajouter les oignons et les carottes coupés en quatre, un bouquet, sel, poivre et mouiller presque à couvert avec du vin rouge.

Cuire doucement. La sauce se lie avec quelques cuillères de purée de tomate épaisse. Dégraisser et servir, après avoir épaissi la sauce si c'est nécessaire avec un petit roux brun, ou un peu de fécule délayée à l'eau froide. Il faut un lardoir pour larder les viandes intérieurement.

700 gr. de bœuf . 100 gr. de lard . 1 cuillère à soupe de persil haché . 1 gousse d'ail . 2 oignons . 2 carottes . 2 verres de vin rouge . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu . 1 bouquet garni . purée de tomates.

BŒUF A LA BOURGUIGNONNE

Temps de cuisson, 3 h à 3 h 1/2

Lorsque le boucher pare les pièces de bœuf qui lui sont commandées ou qui doivent garnir son étal, il met en réserve toutes les parties maigres et entrelardées que constituent ces parures, et c'est ce qu'il vend pour faire le bœuf à la bourguignonne, plus communément appelé : du *Bourguignon.*

Il n'y a donc pas de parties spéciales, mais si on le désire on peut demander soit du collier, soit de la pointe de culotte ou de la tranche ; le tout détaillé comme pour un ragoût en gros dés, moins gros que pour la daube. Faire revenir cette viande à la cocotte à feu très vif avec du saindoux, ou de l'huile, mais pas de beurre, ce serait une dépense

inutile. Ajouter en même temps les oignons soit petits entiers, soit des gros en quartiers. Quand le tout est bien rissolé, poudrer avec la cuillère de farine et la laisser aussi roussir, ajouter une gousse d'ail écrasée, puis mouiller à la hauteur de la viande avec le vin rouge, ou moitié vin et moitié eau. Colorer au caramel pour noircir la sauce (ce qui la rend non pas meilleure, mais plus agréable à l'œil), mettre la tomate en purée, sel, poivre, bouquet garni et encore le lard de poitrine coupé en lardons assez gros et rissolés à la poêle, couvrir et laisser cuire doucement. Dégraisser alors la sauce et ajouter les champignons crus bien propres (facultatif car cela renchérit) et finir de cuire un quart d'heure. Servir avec persil haché dessus.

700 gr. de bœuf . 100 gr. de lard salé . 2 cuillères à soupe d'huile . 60 gr. d'oignons . 100 gr. de champignons . 1 cuillère à soupe de farine . 3 verres de vin rouge . 3 verres d'eau . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu . bouquet garni . tomates en purée . 1 cuillère à soupe de persil haché.

AIGUILLETTE DE BŒUF A LA FLAMANDE

Temps de cuisson, 4 h

Faire larder une aiguillette comme un bœuf mode. La faire braiser mais en la mouillant un peu moins, et pendant qu'elle cuit préparer d'une part des choux au gras, c'est-à-dire braisés avec un morceau de lard de poitrine et un saucisson ou cervelas ; d'autre part faire cuire séparément carottes et navets taillés correctement, et préparer enfin des pommes de terre rissolées au beurre. Découper la viande en travers ; la mettre au milieu du plat et ranger autour des bouquets de choux un peu hachés, avec un rond de cervelas dessus, le lard entre les carottes et les navets, le tout bien alterné, les pommes de terre aux bouts ; le plat bien simple a de l'allure.

600 gr. d'aiguillette . 100 gr. de lard gras . 150 gr. de lard maigre . 1 petit saucisson . 1 chou . 500 gr. de pommes de terre . 50 gr. de beurre . 250 gr. de carottes . 100 gr. de navets 1 cuillère à café de gros sel.

POINTE DE CULOTTE DE BŒUF A L'ANGLAISE

Temps de cuisson, 1 h

Excellente façon de servir une pièce de bœuf bouilli mais saignante, surtout pour un déjeuner. Prendre une pointe de culotte ou un morceau de rumsteck ; le mettre dans une grande marmite d'eau froide sur le feu comme s'il s'agissait d'un pot-au-feu ; l'écumer soigneusement et y mettre une bonne garniture de carottes, navets, poireaux, bouquets, puis y ajouter les choux coupés en quartiers et préalablement blanchis à l'eau bouillante. Assaisonner fortement et faire cuire le tout ensemble en donnant un quart d'heure de cuisson par livre de viande. Servir le tout sur un plat et conserver la cuisson pour la soupe du soir.

2 kg. de pointe de culotte ou rumsteck . 3 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel gris . 200 gr. de carottes . 100 gr. de navets . 2 poireaux . 1 bouquet garni 1 chou . 1/2 cuillère à café de poivre.

STEW-STEAK

Temps de cuisson, 3 h

Lorsque l'on a une tranche de rumsteck, ou une entrecôte que l'on suppose un peu trop dure pour être servi grillée, il faut la préparer ainsi pour être sûr d'obtenir un plat exquis.

La faire rissoler dans une cocotte avec de la graisse de rôti, des deux côtés, puis la retirer et jeter à la place les oignons et carottes coupés en dés. Faire également revenir ces légumes et mouiller avec le vin blanc, l'eau, la purée de tomates, sel, poivre et bouquet garni ; remettre la viande. Couvrir hermétiquement et laisser cuire très lentement. Bien dégraisser et servir tel quel avec persil haché semé dessus.

600 gr. d'entrecôte . 60 gr. de graisse de rôti ou saindoux . 100 gr. d'oignons 100 gr. de carottes . 1 verre de vin blanc . 1 verre d'eau . 3 cuillères à soupe de purée de tomates . 1 cuillère à café de sel . 1 bouquet garni . 1 cuillère à café de persil haché.

CARBONADES DE BŒUF A LA FLAMANDE

Temps de cuisson, 2 h

Faire sauter à la poêle des beefsteacks un peu épais, les mettre dans une cocotte sur une épaisse couche d'oignons émincés et légèrement sautés au saindoux (le beurre est inutile). Recouvrir avec une autre couche d'oignons, puis assaisonner et mouiller avec la bière. Ajouter un bouquet garni et la sauce brune. Couvrir et cuire lentement au four. Dégraisser la sauce et servir le tout tel quel. On peut accompagner d'un légume farineux quelconque.

6 beefsteacks de 125 gr. . 150 gr. d'oignons . 60 gr. de saindoux . 1 cuillère à café de sel fin . 1/2 cuillère à café de poivre moulu . 1/2 litre de bière . 1 bouquet garni . 1/4 de litre de sauce brune.

GOULASH A LA HONGROISE

Temps de cuisson, 3 à 4 h

Le goulash est une sorte de ragoût de bœuf fort en honneur dans l'Europe Centrale ; c'est d'ailleurs une excellente entrée.

Couper en gros dés le bœuf, puis faire blondir au saindoux, les oignons grossièrement hachés et y ajouter le bœuf sans faire revenir la viande. Bien mélanger et couvrir la cocotte pour que la viande rende son jus. Au bout d'un quart d'heure ajouter la purée de tomates, l'eau et, si la saison le permet, des tomates fraîches pelées et hachées. Assaisonner de sel et poivre de paprika (poivre rouge de Hongrie indispensable), bouquet garni et laisser cuire lentement à couvert.

Dégraisser alors la sauce et servir avec une couronne de petites pommes de terre cuites au beurre ou à l'eau.

750 gr. de culotte de bœuf . 50 gr. de saindoux . 200 gr. d'oignons . 4 cuillères à soupe de purée de tomates . 1 verre d'eau . 500 gr. de tomates fraîches . 1 cuillère à café de sel . poivre paprika . 1 bouquet garni . 500 gr. de pommes de terre.

AIGUILLETTE DE BŒUF BRAISÉE

Temps de cuisson, 3 h au moins

L'aiguillette est le meilleur morceau de bœuf pour faire braiser ; il n'est pas gras et cependant il n'est pas sec comme la pointe de culotte ou la tranche. Pour faire braiser on le larde comme pour le bœuf mode avec des lardons de lard gras roulés dans le sel épicé, mélangé de persil haché et d'une pointe d'ail écrasée. Faire rissoler à la cocotte dans le saindoux avec les oignons et les carottes coupés. Égoutter la graisse, mouiller avec le vin blanc, laisser réduire de moitié puis mouiller définitivement le bœuf à hauteur avec la sauce brune très légèrement liée ; on assaisonne ; on ajoute un bouquet et on couvre hermétiquement pour laisser mijoter lentement jusqu'à ce que la viande soit très cuite. On dégraisse et passe la sauce, et on la fait réduire si c'est nécessaire.

On peut alors adjoindre à cette pièce de bœuf telle garniture qui convient, soit macaroni à la napolitaine, soit des choux braisés au lard, soit du riz, etc....

Le macaroni à la napolitaine constitue une excellente garniture (voir pâtes et légumes secs, page 131).

700 gr. d'aiguillette de bœuf . 150 gr. de bardes de lard . 30 gr. de saindoux 50 gr. d'oignons . 100 gr. de carottes . 1/2 litre de vin blanc . 1/4 de litre de sauce brune . 1 cuillère à café de sel . 1/4 de cuillère à café de poivre moulu . 1 bouquet garni . 1 cuillère à soupe de persil haché . 1 gousse d'ail . garniture au choix.

QUEUE DE BŒUF EN HOCHEPOT

Temps de cuisson, 4 h au moins

Ceci est un très vieux plat de cuisine française, un peu délaissé.

Faire couper la queue de bœuf et la traiter comme un pot-au-feu ; avec en plus un ou deux pieds de porc fendus et une oreille de porc. La queue est très longue à cuire. Garnir la marmite avec des légumes de pot-au-feu et un gros chou coupé en quatre. Recouvrir d'eau, laisser cuire doucement et servir les légumes entourés des morceaux de queue, l'oreille et les pieds. Servir avec des pommes de terre à la vapeur.

Inutile d'ajouter que la cuisson constitue la soupe idéale pour le soir.

1 kg. de queue de bœuf . 2 pieds de porc . 1 oreille de porc . 3 litres d'eau 200 gr. de carottes . 125 gr. de navets . 100 gr. de poireaux . 1 cuillère 1/2 à soupe de sel gris . 1 chou . 500 gr. de pommes de terre.

TOURNEDOS

Sous ce nom, on désigne des sortes de petits beefsteacks taillés dans la queue de filet de bœuf et sautés à la poêle ou grillés. Il est bien entendu que dans la cuisine ménagère on peut employer des beefsteacks, lesquels, s'ils sont tendres, sont parfois plus juteux que le filet insipide qui n'a pour lui que sa tendreté et... sa cherté.

TOURNEDOS CHASSEUR

Temps de cuisson, 10 mn

Les sauter avec moitié beurre et huile, dresser sur croûtons grillés et arroser d'une sauce chasseur aux champignons. Persil haché dessus.

6 tournedos . 6 croûtons . 60 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe d'huile . voir recette sauce chasseur . 1 cuillère à soupe de persil haché . 1 cuillère à café de sel.

TOURNEDOS A L'ESTRAGON

Temps de cuisson, 5 mn

Les sauter et dresser sur croûtons et placer sur chacun l'estragon blanchi. Un bon jus tomaté dans lequel on a infusé une forte pincée d'estragon haché servira de sauce.

6 tournedos . 6 croûtons . 125 gr. de beurre . 1 cuillère à café d'estragon haché . 1 cuillère à soupe de purée de tomates.

TOURNEDOS HENRI IV

Temps de cuisson, 5 mn

Faire griller les beefsteacks, les dresser sur croûtons, les napper de sauce béarnaise (ou la servir à part) et garnir la viande de pommes de terre frites.

6 tournedos . 6 croûtons . sauce béarnaise (voir recette) . pommes de terre frites en garniture.

TOURNEDOS PIÉMONTAIS

Temps de cuisson, 5 mn

Les sauter à l'huile, les dresser sur un rizotto tomaté disposé au fond du plat, mettre une demi-tomate sautée sur les tournedos et semer d'un coulis de tomates.

6 tournedos . 3 cuillères à soupe d'huile . rizzoto tomaté . 3 tomates.

RÔTI DE BŒUF

Temps de cuisson, 15 mn pour 500 gr. de viande

En ce qui touche le rôti de bœuf, il y a lieu de faire remarquer que, seules, certaines parties du bœuf se prêtent au rôtissage ; ce sont les parties tendres, ce que l'on appelle la première catégorie de la viande ; citons : le filet de bœuf, le faux-filet ou aloyau, la côte de bœuf, le rumsteck, l'aiguillette Baronne et le roastbeef qui n'est pas toujours très tendre, car il est souvent apprêté dans le tende de tranche et alors s'il n'est pas très saignant, il est dur. Il y a aussi dans l'épaule un petit morceau qu'on appelle le persillé qui est très bon, mais que l'on se procure assez difficilement. Le bœuf que l'on veut faire rôtir se pique avec des fins lardons de lard gras, comme le filet de bœuf ou s'enveloppe plus simplement d'une barde de lard, puis se met à cuire à four bien chaud d'autant plus chaud que le morceau est petit ; saler légèrement. Il doit s'arroser souvent de sa propre graisse pendant la cuisson qui est d'environ 15 mn par livre. Ne pas mettre de beurre s'il y a du gras autour, n'en mettre que si le morceau est absolument maigre et sec.

Indiquons également que pour un rôti, il faut compter 100 à 125 gr de viande par personne et la viande cuite doit se couper en tranches minces, et dans le sens opposé au fil de la viande. Le rôti se sert avec le jus qu'il a rendu bien dégraissé et déglacé d'un peu d'eau.

Ne jamais mettre d'eau dans le plat à rôtir sous aucun prétexte, en le mettant au four.

ENTRECÔTE GRILLÉE MAÎTRE D'HÔTEL

Temps de cuisson, 12 mn environ

L'entrecôte, comme son nom l'indique, est une tranche de viande taillée entre deux côtes, elle peut aussi être taillée, pour les personnes qui veulent de la viande maigre, dans le faux-filet. Le gril doit être mis d'avance sur les braises incandescentes et quand les barreaux en sont bien chauds, on y pose l'entrecôte légèrement huilée et salée ; plus le morceau est épais, plus le gril doit être élevé au-dessus du feu pour que la viande ne soit pas trop saisie ainsi qu'il est expliqué en tête de ce chapitre. (Pour la cuisson, voir rôtis et grillades, page 69.)

L'entrecôte peut aussi être cuite à la poêle, au beurre, quand on n'a pas de gril, mais c'est moins bon. Il faut éviter alors un feu trop vif qui ferait noircir le beurre avant la cuisson de la viande et donnerait un goût désagréable.

750 gr. d'entrecôte . 30 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel fin . 1 cuillère à soupe d'huile.

ENTRECÔTE A LA BORDELAISE

Temps de cuisson, 12 mn environ

L'entrecôte se fait cuire à la poêle, puis quand elle est cuite un peu saignante, la retirer, jeter dans la poêle l'échalote hachée, la faire revenir 1 mn, mettre la farine, mouiller avec le vin rouge et l'eau, noircir la sauce au caramel, assaisonner et ajouter la moelle de bœuf coupée crue en dés et que l'on laisse cuire et fondre à moitié dans la sauce. Arroser l'entrecôte avec cette sauce et semer du persil haché dessus.

750 gr. d'entrecôte . 60 gr. de beurre . 1 cuillère à café de farine . 1 verre de vin rouge . 1 verre d'eau . 50 gr. de moelle de bœuf . 1 cuillère à soupe de persil haché . 1 échalote hachée . 1/2 cuillère à café de sel.

BEEFSTEAKS

Temps de cuisson, 4 mn

Les beefsteacks se taillent dans le rumsteck, dans la bavette d'aloyau, dans la hampe ou dans la tranche grasse. Ils doivent être très tendres et pas trop minces ; les cuire comme les entrecôtes, soit au gril, soit à la poêle ; ils se servent en général avec un beurre mélangé de sel, poivre, jus de citron, persil haché dit *Beurre maître d'hôtel.* (Pour la cuisson, voir rôtis et grillades, page 69.)

6 beefsteacks de 100 à 125 gr. . 60 gr. de beurre . 1 cuillère à café de sel . 1/4 de cuillère à café de poivre . 1 jus de citron . 1 cuillère à soupe de persil haché.

MIROTON DE BŒUF

Temps de cuisson, 20 mn

Ceci pour faire passer un reste de bœuf bouilli du pot-au-feu. Émincer en lames fines les oignons, les faire rissoler tout doucement avec de la bonne graisse de rôti ou du saindoux et quand ils sont dorés les poudrer de farine, mouiller avec du bouillon si on en a, ou avec de l'eau, ajouter la purée de tomates, sel, poivre et un filet de vinaigre, laisser cuire doucement, puis faire chauffer dans cette sauce le reste de bouilli coupé en tranches. Servir ainsi après dégraissage de la sauce.

NOTA. — Lorsque l'on fait la sauce à l'eau, il est bon de mettre un peu d'extrait de viande que l'on trouve dans le commerce, soit Kub, Poule au Pot, etc.... La sauce est moins plate.

400 gr. de bœuf bouilli . 3 gros oignons . 50 gr. de saindoux . 1 cuillère à soupe de farine . 1/2 verre d'eau . 1 cuillère à soupe de purée de tomates . 1/2 cuillère à café de sel . 1/4 de cuillère à café de poivre . 1 cuillère à soupe de vinaigre.

BŒUF SAUTÉ LYONNAISE

Temps de cuisson, 10 mn

Également très bon pour accommoder un reste de bouilli. Émincer aussi les oignons, les faire rissoler doucement à la poêle, puis dans une autre poêle faire dorer au beurre, si l'on veut, ou à la graisse, le bœuf coupé en tranches. Les deux éléments de ce plat étant rissolés séparément, les réunir et les sauter ensemble quelques minutes avec sel et poivre, et servir ainsi à sec avec un filet de vinaigre dessus et un peu de persil haché.

500 gr. de bœuf bouilli . 3 oignons . 60 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel 1/4 de cuillère à café de poivre . 1 cuillère à soupe de vinaigre . 1 cuillère à café de persil haché.

HACHIS A LA PARMENTIER

Temps de cuisson, 45 mn

Hacher le plus finement possible un reste de bœuf bouilli, puis faire rissoler au saindoux l'oignon haché, ajouter alors la farine, puis le vin blanc et deux ou trois tasses d'eau, ajouter le hachis, un peu de tomate, assaisonner assez relevé et laisser mijoter doucement en remuant de temps à autre. Pendant la cuisson, on fait une purée de pommes de terre passée au tamis et délayée avec du bouillon au lieu de lait. Mettre le hachis dans un plat à gratin, le recouvrir entièrement avec la purée et mettre à gratiner à four très chaud ; quand au bout de 8 à 10 mn la pomme de terre forme croûte dessus, y passer un peu de beurre fondu ou d'œuf battu qui contribuera à faire bien dorer la surface. Le hachis constitue un très bon plat très nutritif pour une famille nombreuse.

500 gr. de bœuf bouilli . 30 gr. de saindoux . 1 gros oignon . 1 cuillère à café de farine . 1/2 verre de vin blanc . 2 verres d'eau . 1 cuillère à soupe de tomates en purée . 1 kg. de pommes de terre . 1/2 litre de bouillon . 50 gr. de beurre . 1 œuf . 1/2 cuillère à café de sel . 1/4 de cuillère à café de poivre.

FRICADELLES DE BŒUF

Temps de cuisson, 5 mn

Ceci est connu sous le nom de « Boulettes ».

Hacher le bœuf bouilli comme pour le hachis à la Parmentier, y mélanger l'oignon haché rissolé, les fines herbes hachées, un tiers de son volume de purée de pommes de terre sèche (sans lait), un assaisonnement bien relevé et l'œuf entier. Diviser ce hachis en portions de la grosseur d'un œuf, les rouler, sur la table farinée, en boulettes un peu aplaties ; les faire frire et les servir avec une sauce tomate ou une sauce piquante.

300 gr. de bœuf bouilli . 1 oignon . 30 gr. de beurre . 1 cuillère à soupe de fines herbes hachées . 250 gr. de pommes de terre . 1/2 cuillère à café de sel . 1/4 de cuillère à café de poivre . 1 œuf . 50 gr. de farine . bain de friture . 1/2 litre de sauce tomate.

GRAS-DOUBLE A LA LYONNAISE

Temps de cuisson, 1 h 30

Le gras-double est vendu tout échaudé mais pas cuit, et sa cuisson est assez longue. Il faut le couper en lanières et le faire revenir à feu très vif avec de la bonne graisse. Quand il est un peu revenu, ajouter la farine, le faire encore revenir un moment, et mouiller avec l'eau, presque à couvert, saler, poivrer et mettre un peu de purée de tomates, puis ajouter oignons émincés et rissolés à part à la poêle. Laisser cuire doucement à couvert, et servir avec un filet de vinaigre dessus et du persil haché.

500 gr. de gras-double . 75 gr. de saindoux . 1 cuillère à soupe de farine . 1 verre d'eau . 1/2 cuillère à café de sel . 1/2 cuillère à café de poivre . tomates en purée . 150 gr. d'oignons . 2 cuillères à soupe de vinaigre . 1 cuillère à soupe de persil haché.

ROGNON DE BŒUF SAUTÉ

Temps de cuisson, 10 mn

Éplucher et bien dégraisser un rognon de bœuf, le découper en minces lamelles et le faire sauter en plein feu à la poêle en le jetant dans du beurre brûlant. Il faut le faire marcher très vite pour qu'il soit bien saisi et ne rende pas son jus ; pour cela avoir une poêle assez grande, car si la viande est entassée dans un récipient trop exigu, elle ne peut être saisie par la chaleur et rend son jus.

Aussitôt que le rognon est raidi, semer la farine, puis mettre le madère et un peu de bouillon pour former une sauce très peu abondante, saler, poivrer, donner un seul bouillon et servir. Si on veut ajouter des champignons, il faut qu'ils soient cuits à part en lames et ajoutés en dernier. Ne pas laisser bouillir plus qu'il n'est dit, car les rognons deviendraient durs.

1 rognon . 100 gr. de beurre . 1 cuillère à café de farine . 1/2 verre de madère 1/2 cuillère à café de sel . 1/4 de cuillère à café de poivre . 250 gr. de champignons.

Sauté de veau à la Marengo –
Tendrons de veau à la paysanne –

TRIPES A LA MODE DE CAEN

Temps de cuisson, 12 h

Bien que l'on puisse très avantageusement se procurer des tripes toutes prêtes, je crois utile de donner la façon de les faire. Il faut en faire une assez forte quantité si on veut les avoir bonnes, et c'est ce qui fait qu'on ne les obtient chez soi que difficilement aussi corsées que celles que l'on achète qui sont réalisées en grande quantité, où tous les ingrédients et aromates sont dosés mathématiquement, ce qui permet de les obtenir toujours aussi égales de qualité.

Les tripes comprennent tout le mésentère, ou estomac du bœuf qui comporte la Panse, le Bonnet, la Caillette et la Franchemule. En prendre au moins 2 kg., les laver soigneusement, les couper en carrés, et prendre aussi un pied de bœuf que l'on fait fendre en deux au boucher. La cuisson doit se faire ainsi :

Mettre la moitié des tripes dans une marmite en terre pouvant aller au four, mettre par-dessus oignons, carottes fendues en quatre ou coupées en tranches épaisses, un fort bouquet et les blancs de poireaux ; ajouter encore un sachet contenant une pincée de poivre en grains et quatre clous de girofle, graisse de rognon de bœuf coupée et le pied de bœuf fendu en deux. Mettre le reste des tripes par-dessus et saler. Mouiller avec de l'eau pour qu'elles soient baignées et ajouter le cognac. Inutile de mettre du vin blanc ou du cidre, qui font noircir la sauce. Couvrir hermétiquement la marmite et mettre de la pâte autour du couvercle.

Faire partir à petit feu et mettre à four modéré pendant 12 h pour maintenir seulement l'ébullition. Quand les tripes sont cuites, dégraisser un peu la sauce et servir bouillant avec des assiettes chaudes.

Comme je dis d'en faire beaucoup à la fois, condition essentielle pour qu'elles soient bonnes, il est certain qu'il en restera, mais la tripe a cet avantage de se bonifier en réchauffant. De plus, quand elle est refroidie, elle est en gelée, on peut donc la garder au frais quelques jours, ce qui évite d'en manger sans arrêt jusqu'à épuisement.

2 kg. de tripes . 1 pied de bœuf . 100 gr. d'oignons . 100 gr. de carottes 1 bouquet garni . 3 blancs de poireaux . 1/2 cuillère à café de poivre en grains 4 clous de girofle . 250 gr. de graisse de rognon . 1 verre de cognac . 1 cuillère à soupe de sel gris.

← Rognons à la brochette

LE VEAU

La viande d'un veau de bonne qualité se reconnaît à sa blancheur ; si la viande est rouge, c'est que le veau a cessé d'être exclusivement nourri de lait et qu'il a mangé de l'herbe ; néanmoins, un veau peut être de bonne qualité sans être absolument un veau de lait ; l'essentiel est qu'il ne soit pas trop rouge. C'est une viande qui doit toujours être consommée très cuite, jamais saignante.

BLANQUETTE DE VEAU

Temps de cuisson, 1 h 45

Véritable plat familial, exquis lorsqu'il est bien fait ; on peut employer soit du collier de veau, ou de la poitrine, ou de l'épaule. Couper la viande en morceaux et la mettre dans une casserole, la baigner d'eau froide et la mettre sur le feu ; lorsque l'ébullition commence, l'écumer complètement, puis y ajouter les petits oignons, la carotte fendue en quatre, un bouquet, sel et poivre et faire cuire 1 h 15 à 1 h 30, suivant la partie de la viande employée, la poitrine étant plus longue à cuire que l'épaule ou le collier. Pour s'assurer de la juste cuisson de la viande, il suffit de la pincer entre les doigts pour s'assurer qu'elle se désagrège aisément. L'égoutter alors et réserver le bouillon de cuisson avec lequel on fait une sauce composée de beurre et farine. Laisser cuire 15 mn cette sauce doucement, puis la lier en suivant rigoureusement les prescriptions suivantes.

Mettre dans un bol un jaune d'œuf et quelques cuillères de lait froid, délayer avec un fouet, puis verser un peu de la sauce dedans, et quand le mélange est fait, reverser le contenu du bol dans le reste de la sauce. Placer celle-ci sur un feu très vif et la remuer vigoureusement avec le fouet jusqu'à ce qu'*elle bouille à grands bouillons*, et quand elle a bouilli quelques minutes, la goûter. La passer sur la viande, ajouter à celle-ci les champignons ou girolles cuits à part et laisser mijoter le tout. La sauce n'étant pas tournée — et elle ne doit pas l'être si l'on opère avec un fouet — ne tournera plus à présent, ce qui permet de réchauffer la blanquette lorsqu'il en reste. Si on met deux jaunes, la sauce n'en sera que plus veloutée.

1 kg. de veau . 60 gr. d'oignons . 60 gr. de carottes . 1 bouquet garni 1/2 cuillère à soupe de sel . 1/4 de cuillère de à café poivre . 40 gr. de beurre 40 gr. de farine . 1 jaune d'œuf . 2 cuillères à soupe de lait . 125 gr. de champignons.

FRICASSÉE DE VEAU

Temps de cuisson, 1 h 30

Le procédé est à peu près le même que pour la blanquette de veau seulement, on fait légèrement revenir le veau au beurre en casserole, mais sans le rissoler comme un ragoût, puis on y met la farine que l'on y mélange et on mouille avec de l'eau. On ajoute bouquet, assaisonnement, oignons, carottes et on laisse cuire. La viande cuit dans la sauce au lieu de cuire dans un court-bouillon. Quand elle est cuite, on lie la sauce avec un jaune, mais elle risque de tourner. On ajoute des champignons et l'on sert avec des croûtons de pain frits.

1 kg. de flanchet ou d'épaule de veau . 75 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe de farine . bouquet garni . 1/2 cuillère à soupe de sel . 1/4 de cuillère à café de poivre moulu . 100 gr. d'oignons . 50 gr. de carottes . 1 jaune d'œuf . 100 gr. de champignons . 6 croûtons.

RAGOÛT DE VEAU

Temps de cuisson, 1 h 15 à 1 h 30

Le ragoût de veau se faisant exactement comme celui de mouton qui est expliqué en détail au chapitre du mouton, il n'y a qu'à s'y conformer, mais la cuisson est pour le ragoût de veau de 1 h 15 environ, tandis qu'elle est de 2 h pour le ragoût de mouton.

1 kg. de flanchet ou d'épaule de veau.

SAUTÉ DE VEAU AUX MACARONIS

Temps de cuisson, 1 h 15 à 1 h 30

N'est autre qu'un ragoût de veau dans lequel les pommes de terre sont remplacées par du macaroni qui a dû être cuit à l'eau d'avance, mais pas trop, pour finir de cuire avec le veau sauté, sauce assez claire et plus fortement tomatée.

1 kg. de veau . 150 gr. de macaroni . 2 cuillères à soupe de purée de tomates 1/2 cuillère à soupe de sel.

SAUTÉ DE VEAU AUX PETITS POIS

Temps de cuisson, 1 h 15

Ragoût de veau garni seulement de petis oignons et de petits pois. Quand c'est la saison des pois nouveaux, ce sont des gros qu'il faut faire cuire directement dans le ragoût ; ne pas mettre trop de farine, le pois étant un farineux, la sauce doit être claire. Si on emploie de la conserve, il faut l'échauder et la mettre 5 mn avec le veau avant de servir,

1 kg. de veau . 60 gr. d'oignons . 1 kg. de petits pois . 1/2 cuillère à soupe de sel.

SAUTÉ DE VEAU A LA MARENGO

Temps de cuisson, 1 h 30

Faire revenir de l'épaule de veau coupée en morceaux, avec le beurre mélangé à l'huile, le tout bien brûlant pour bien saisir la viande. Quand elle est bien rissolée, y jeter les oignons hachés et une pincée de farine, qui doivent rissoler aussi, puis ensuite l'ail écrasé. Ajouter le vin blanc et la purée de tomates pour constituer la sauce qui peut être éclaircie d'eau, si elle est trop épaisse. Assaisonner, mettre un bouquet et laisser cuire 1 h, puis ajouter les champignons crus et laisser s'achever la cuisson quelques minutes. Dégraisser soigneusement la sauce et servir avec persil haché dessus et croûtons de pain taillés en cœur et frits à l'huile, autour.

1 kg. de veau . 30 gr. de beurre . 3 cuillères à soupe d'huile . 60 gr. d'oignons 30 gr. de farine . 1 gousse d'ail . 1 verre de vin blanc . 1 cuillère à soupe de purée de tomates . 1 bouquet garni . 200 gr. de champignons . 1 cuillère à café de persil haché . 12 croûtons de pain . 1 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu.

VEAU AUX CAROTTES

Temps de cuisson, 1 h 45

Le morceau de veau se fait cuire entier en cocotte ; on peut prendre soit du quasi, de la longe, de l'épaule, de la sous-noix ou même du jarret, cela dépend du genre de viande que l'on aime soit gras, soit maigre, soit encore gélatineux comme le jarret. Acheter la viande bien parée et ficelée, la faire revenir en cocotte au beurre de tous côtés, puis mettre autour les oignons coupés en quatre et les carottes pelées et coupées en rouelles. Couvrir absolument la cocotte, la retirer sur le côté du feu et laisser ainsi continuer doucement la cuisson, pendant une vingtaine de minutes, puis mouiller juste à la hauteur de la viande avec de l'eau, assaisonner et laisser mijoter à couvert jusqu'à complète cuisson. Dégraisser le jus pour servir.

800 gr. de veau . 60 gr. de beurre . 50 gr. d'oignons . 1 kg. de carottes . 1/2 litre d'eau . 1/2 cuillère à soupe de sel gris . 1 pincée de poivre moulu.

RÔTI DE VEAU

Temps de cuisson, 1 h 15

Peut être pris dans diverses parties du veau : noix, sous-noix, rouelle, quasi, etc..., se rôtit au four avec un peu de beurre, plus ou moins, suivant que la viande est plus ou moins grasse, puisque la graisse fond et nourrit la viande bien mieux que ne peut le faire le beurre. La cuire sans trop la saisir, afin de donner à la chaleur la facilité de pénétrer la viande ; si on la saisit trop, on provoque une sorte de cuirasse autour qui s'oppose à la pénétration de la chaleur. Arroser souvent le veau pendant sa cuisson. Ce n'est d'ailleurs pas souvent que le veau est rôti. Dans le ménage, nous conseillons plutôt la cuisson en casserole ou en cocotte ; la viande est plus moelleuse.

1 kg. de veau . 80 gr. de beurre . 1 cuillère à café de sel.

FRICANDEAU A L'OSEILLE

Temps de cuisson, 1 h 30

Le fricandeau jouissait autrefois d'un succès mérité. C'est de la vieille cuisine de chez nous. Il s'agit d'une tranche de noix de veau épaisse de 3 cm au moins. La piquer de lardons comme un filet de bœuf et la mettre dans un plat creux à rôtir sur un lit de carottes et oignons rissolés. Mouiller de bouillon gras et mettre au four, arroser très souvent le dessus de la viande piquée qui doit émerger au-dessus de son jus ; brunir ce jus avec du caramel, assaisonner légèrement plusieurs fois. Cuire doucement. Le dessus est alors coloré comme un rôti. Servir avec de l'oseille braisée et arroser du jus dégraissé et réduit.

800 gr. de veau . 150 gr. de barde de lard . 50 gr. d'oignons . 100 gr. de carottes 1/2 litre de bouillon . 1 kg. d'oseille . 1 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu.

TENDRONS DE VEAU A LA PAYSANNE

Temps de cuisson, 1 h 30

Les tendrons sont des morceaux de poitrine taillés dans toute sa largeur et de la dimension de deux doigts.

Préparer leur cuisson comme celle du fricandeau sur légumes et mouiller de bouillon aux trois quarts de leur hauteur. Faire bouillir et mettre au four sans les couvrir, assaisonner et arroser souvent.

Pendant ce temps, émincer finement quelques oignons, carottes, navets, céleri, que l'on réunit dans une casserole avec un peu de beurre chaud. Couvrir hermétiquement ces légumes et les mettre au four pour qu'ils se cuisent à l'étuvée. Les faire mijoter ensuite quelques minutes avec les tendrons et servir le tout après avoir dégraissé le jus. On peut facultativement ajouter des pommes de terre.

Les garnitures les plus variées peuvent être adjointes aux tendrons dont la cuisson se fait toujours de la même manière.

800 gr. de veau . 1/2 litre de bouillon . 1 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu . 50 gr. d'oignons . 200 gr. de carottes . 100 gr. de navets 1 branche de céleri . 50 gr. de beurre.

RIS DE VEAU AUX PETITS POIS

Temps de cuisson, 25 à 40 mn

Les ris de veau doivent être d'abord longuement dégorgés à l'eau froide, puis les faire blanchir 3 ou 4 mn et ensuite les rafraîchir complètement. Les parer en supprimant toutes les parties cartilagineuses et non comestibles, mais surtout ne pas en retirer la peau de dessus, comme je l'ai souvent vu faire. Mettre ensuite ces ris de veau sous presse pendant 1 h, pour briser les fibres et éviter la rétraction des ris à la cuisson ; les piquer de fins lardons de lard gras et les faire braiser sur un lit de légumes, ainsi qu'il est expliqué pour le fricandeau à l'oseille. Procéder pour la cuisson exactement de la même manière, en tenant compte de la grosseur des ris, à four bien chaud pour dorer le dessus.

Dresser et garnir avec des petits pois à la française ou au beurre. Arroser les ris avec le jus de leur cuisson, bien dégraissé, réduit de moitié et lié avec un soupçon de fécule.

1 ris 1/2 de veau . 100 gr. de bardes de lard . 100 gr. de carottes . 60 gr. d'oignons 1 cuillère à café de sel fin . 1 pincée de poivre moulu . 1 kg. de petits pois.

CÔTES DE VEAU GRILLÉES

Temps de cuisson, 15 mn

Belles côtelettes assez épaisses, les saler, poivrer et rouler dans la farine, puis les badigeonner de beurre fondu et les poser sur gril assez chaud. Les cuire assez lentement en les retournant et beurrant souvent pour éviter le dessèchement de la surface. Comme le veau doit être servi bien cuit, il ne faut pas une trop vive chaleur. Les servir soit simplement avec un beurre maître d'hôtel, comme il est dit à l'entrecôte, soit avec un jus et une garniture de légumes.

6 côtelettes . 90 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel fin . 1 pincée de poivre moulu . 2 cuillères à soupe de farine.

CÔTELETTES DE VEAU A LA FOYOT

Temps de cuisson, 45 mn

Prendre des côtelettes assez épaisses, une suffisant pour deux personnes, les assaisonner et répandre dessus les oignons hachés fondus au beurre sans coloration ; par-dessus mettre une épaisse couche de chapelure mélangée de gruyère râpé et l'y faire adhérer fortement en appuyant à la main.

Ranger les côtelettes dans un plat creux à four avec un peu d'oignons hachés rissolés au fond, les mouiller avec vin blanc, les arroser de beurre et mettre à braiser au four, en les arrosant souvent. Remplacer le vin blanc lorsqu'il est évaporé par de l'eau ou du bouillon si l'on en a. Servir tel quel ce plat délicieux dans lequel les escalopes peuvent remplacer les côtelettes.

3 côtelettes de 250 gr. . 1/2 cuillère à café de sel fin . 1 pincée de poivre moulu 60 gr. d'oignons . 75 gr. de beurre . 1 cuillère à soupe de chapelure . 60 gr. de gruyère râpé . 1/2 verre de vin blanc.

CÔTELETTES DE VEAU A LA CRÈME

Temps de cuisson, 45 mn

Cuire les côtelettes de veau farinées, tout doucement au beurre en cocotte pour ne pas trop les colorer puis, quand elles sont cuites verser autour la crème épaisse. Laisser mijoter, saler et poivrer et servir en cocotte même. Comme il n'y a pas de garniture on servira en même temps des pommes de terre ou un légume de son choix.

6 côtelettes . 2 cuillères à soupe de farine . 60 gr. de beurre . 100 gr. de crème 1 cuillère à café de sel fin . 1 pincée de poivre moulu.

CÔTELETTES DE VEAU A LA NIMOISE

Temps de cuisson, 40 mn

Faire cuire à l'huile les côtes de veau ; faire frire à l'huile à la poêle les tranches d'aubergines pelées et farinées puis les retirer et jeter dans cette huile les tomates pelées, vidées et coupées en quartiers. Ajouter sel, poivre, persil et gousse d'ail hachée. Dresser les côtelettes sur le plat ; recouvrir celles-ci avec la fondue mélangée d'aubergines et de tomates et arroser avec le déglaçage du plat à sauter au vin blanc et jus de rôti.

6 côtelettes . 6 cuillères à soupe d'huile . 2 aubergines . 2 cuillères à soupe de farine . 250 gr. de tomates . 1 cuillère 1/2 à café de sel fin . 2 pincées de poivre moulu . 1 cuillère à café de persil . 1 gousse d'ail . 1/2 verre de vin blanc.

CÔTELETTES DE VEAU A LA POLONAISE

Temps de cuisson, 15 mn

Hacher la noix de veau crue bien dénervée et pétrir ce hachis avec les oignons hachés fondus avec un peu de beurre, la mie de pain rassise trempée au lait et pressée, puis émiettée. Bien assaisonner ce mélange et le relever avec sel et poivre de paprika, puis le diviser en huit parts que l'on roule sur la table enfarinée et auxquelles on donne la forme de côtelettes en les aplatissant. Les paner à l'œuf et chapelure, et les faire cuire au beurre brûlant. Les dresser en couronne sur un plat rond et si l'on veut rendre ce plat décoratif, il faut piquer à chacune un bout de macaroni pour imiter le manche et le garnir d'une manchette en papier. Accompagner d'une garniture de légumes quelconques ou d'une sauce.

300 gr. de veau . 60 gr. d'oignons . 100 gr. de beurre . 50 gr. de mie de pain 2 cuillères à soupe de lait . 1 cuillère à café de sel fin . 1/2 cuillère à café de poivre paprika . 2 cuillères à soupe de farine . 2 œufs . 50 gr. de chapelure . macaroni.

CÔTES DE VEAU SAUTÉES FINES HERBES

Temps de cuisson, 15 mn

On peut faire indifféremment des escalopes ou des côtelettes, elles sont assaisonnées, farinées et cuites au beurre à la casserole — pas à la poêle qui donnerait un goût de tôle à la sauce. Quand elles sont cuites, les mettre dans un plat et les tenir au chaud, verser le vin blanc dans la casserole et le faire réduire de moitié en plein feu, puis le retirer et ajouter le beurre, les fines herbes hachées et une échalote hachée, fondre le beurre à la chaleur du vin blanc sans bouillir, et verser sur les côtelettes.

6 escalopes ou côtelettes . 50 gr. de farine . 60 gr. de beurre . 1/2 verre de vin blanc . 1 cuillère à café de fines herbes . 1 échalote . 1 cuillère à café de sel fin.

ESCALOPES DE VEAU PANÉES A L'ANGLAISE

Temps de cuisson, 10 mn

Assaisonner les escalopes qui doivent être assez minces, les fariner, puis les tremper dans un blanc d'œuf battu avec autant d'huile, et les rouler dans de la chapelure blanche. Les cuire ensuite au beurre à la poêle, pas trop brutalement pour ne pas brûler le pain avant que la viande ne soit cuite. Les servir soit simplement arrosées de citron et du beurre de cuisson, soit garnies de légumes. En aucun cas, on ne doit mettre de sauce ou de liquide sur des viandes panées, puisque la panure a pour but de les présenter croustillantes.

6 escalopes . 2 cuillères à soupe de farine . 1 blanc d'œuf . 1/2 verre d'huile 75 gr. de chapelure . 60 gr. de beurre . 1 jus de citron . 1 cuillère à café de sel.

ESCALOPES A LA MILANAISE

Temps de cuisson, 15 mn

Les escalopes se panent et se cuisent comme ci-dessus, mais se garnissent, avec un macaroni milanaise, préparé avant de cette façon : Cuire du macaroni, fin de préférence, puis l'égoutter et le lier avec la sauce tomate. Ajouter dedans le jambon et les champignons coupés finement et quand le tout a mijoté 5 à 6 mn, délayer hors du feu dans ce macaroni le fromage râpé. Verser dans un plat creux, après avoir vérifié l'assaisonnement et mettre les escalopes autour.

Proportions ci-dessus . 150 gr. de macaroni . sauce tomate . 100 gr. de jambon 100 gr. de champignons . 50 gr. de gruyère râpé . 1 cuillère à café de sel 1 pincée de poivre moulu.

ESCALOPES CHASSEUR

Temps de cuisson, 15 mn

Les escalopes se font sauter au beurre, *sans être panées*, puis quand elles sont dressées dans le plat, jeter dans le beurre qui a servi à les cuire les champignons émincés crus. Les faire rissoler, en ajoutant un peu d'huile, puis y jeter l'échalote hachée, faire revenir un instant, mouiller avec le vin blanc que l'on laisse réduire de moitié, puis ajouter la sauce brune ou la purée de tomates, un peu de bouillon et un soupçon de concentré de viande quelconque, afin de bonifier un peu la sauce. Verser sur les escalopes, semer du persil haché dessus.

6 escalopes . 60 gr. de beurre . 250 gr. de champignons . 1 cuillère à soupe d'huile . 1 échalote hachée . 1/4 de verre de vin blanc . 2 cuillères à soupe de sauce brune ou tomates . bouillon . 1 cuillère à café de persil haché . 1 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu.

PAUPIETTES DE VEAU A LA BONNE FEMME

Temps de cuisson, 45 mn au moins

Bien que ce plat soit déjà un peu compliqué pour la cuisine de ménage, il est si bon et si connu que nous ne pouvons le passer sous silence. Prendre des escalopes que l'on fait tailler bien minces et un peu larges. Les assaisonner et étaler dessus une cuillère d'oignons hachés cuits au beurre, puis par-dessus on met une bonne couche de mie de pain rassise finement émiettée, et mélangée soit de persil haché, soit de fromage râpé, à son goût. Appuyer avec la main pour bien coller ce pain sur la viande et rouler les escalopes sur elles-mêmes, de façon à emprisonner la farce dedans ; les attacher chacune de deux tours de fil pour les maintenir roulées, puis les faire rissoler de tous côtés en cocotte, au beurre, avec oignon et carotte en rouelles, puis les mouiller d'un verre d'eau (ou de bouillon). Les faire braiser au four, *sans les couvrir* et en les arrosant souvent. Les servir avec leur jus bien dégraissé et une garniture de légume. S'appellent aussi : oiseaux sans têtes et peuvent se faire avec du bœuf, mais la cuisson est alors de 2 h au moins.

6 escalopes de 100 gr. . 1 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu 2 cuillères à soupe d'oignons hachés . 30 gr. de mie de pain . 2 cuillères à café de persil haché . 50 gr. de gruyère râpé . 1 carotte . 1 verre d'eau. 100 gr. de beurre.

FOIE DE VEAU SAUTÉ

Temps de cuisson, 10 mn à peine

Les tranches assaisonnées et farinées sont cuites à la poêle au beurre très chaud, mais pas coloré, ce qui durcirait la viande si on la saisissait trop. Cuire le foie en le conservant légèrement rosé, mais pas saignant, l'arroser de son beurre de cuisson et mettre un peu de persil haché.

600 gr. de foie . 2 cuillères à soupe de farine . 80 gr. de beurre . 2 cuillères à café de persil haché . 1 cuillère à café de sel fin . 1 pincée de poivre moulu.

CŒUR DE VEAU BRAISÉ AUX CAROTTES

Temps de cuisson, 1 h 30

Faire revenir le cœur en cocotte, avec les oignons, et quand le tout est coloré, le mouiller d'eau, assaisonner, ajouter autour les carottes, coupées en rondelles, et laisser cuire à couvert une grande heure. Quand c'est cuit, comme la sauce nécessaire à la cuisson est trop abondante pour le servir, on la fait réduire fortement après avoir enlevé le cœur et l'avoir dégraissé. Le cœur de veau peut aussi se couper en tranches dans le sens de la longueur et se sauter au beurre à la poêle comme des beefsteacks ; c'est ferme et croquant pour les personnes qui aiment la viande ferme.

2 cœurs . 50 gr. d'oignons . 1 verre 1/2 d'eau . 1 cuillère à café de sel fin 1 pincée de poivre moulu . 500 gr. de carottes.

MOU DE VEAU EN CIVET

Temps de cuisson, 2 h

Le mou a aussi ses amateurs. Il se fait comme le bœuf bourguignon, mais on ne met ni lard, ni champignons qui sont remplacés par des pommes de terre. La cuisson est très longue, presque 2 h ; mais le mou se traite absolument comme un ragoût et se mouille avec du vin rouge. Ce sont les poumons de la bête, que l'on appelle le mou, chacun sait cela.

600 gr. de mou . 500 gr. de pommes de terre . 1/4 de litre de vin rouge . 1 cuillère à café de sel.

TÊTE DE VEAU A LA VINAIGRETTE

Temps de cuisson, 2 h

Prendre une demi-tête de veau et la faire désosser par le marchand, puis la mettre sur le feu dans beaucoup d'eau froide, et la laisser jusqu'à ce qu'elle ait bouilli 15 mn et ait bien rendu son écume. La rincer et refroidir sous le robinet, puis l'égoutter, la frotter du côté externe avec un morceau de citron pour la blanchir, la couper en morceaux carrés et la mettre dans une marmite d'eau froide dans laquelle on aura mélangé la farine avec le fouet à sauce, ajouter le vinaigre, sel, poivre en grains, l'oignon, la carotte et laisser cuire doucement avec un linge sur la cuisson, mais pas de couvercle, car si elle bout trop fort, ce court-bouillon fariné se sauve, comme du lait. Il faut de 1 h 30 à 2 h pour cuire la tête, suivant l'âge du veau qui l'a fournie, cependant, bien que très cuite, elle ne doit pas l'être par trop ; il faut donc la piquer avec la fourchette pour voir si les dents y pénètrent sans trop de résistance. Quand elle est trop cuite, la chair est collante, gélatineuse et moins agréable à manger. Si on la cuit d'avance, ou s'il en revient de la table, elle doit se conserver et refroidir dans sa cuisson, de sorte qu'elle reste blanche.

Servir la tête de veau chaude avec une vinaigrette dans laquelle on ajoute de l'oignon, du persil et un œuf dur haché. Si on a la langue du veau, elle se cuit en même temps et comme la tête. La cervelle se cuit à part 15 mn à l'eau salée et vinaigrée.

1/2 tête de veau . 2 litres d'eau . 1 citron . 1 cuillère à soupe de farine . 1/2 verre de vinaigre . 1 cuillère à soupe de sel gris . 1/2 cuillère à café de poivre en grains 100 gr. d'oignons . 1 carotte . vinaigrette . 1 cuillère à soupe de persil haché . 1 œuf.

FRAISE DE VEAU

Même traitement que la tête de veau et servie aussi avec une simple vinaigrette.

LE MOUTON

RAGOÛT DE MOUTON

Temps de cuisson, 2 h 15

Peu de personnes savent vraiment bien faire ce plat aussi simple que succulent et ne réussissent à servir que d'innommables mixtures, sans couleur, ni goût.

Voici donc la manière de procéder : Prendre le ragoût de mouton, soit dans la poitrine si on aime la viande grasse, soit dans le collier, plus maigre, ou l'épaule plus fine. Faire revenir en plein feu très vif dans une cocotte en fonte avec le saindoux, ou même de l'huile brûlante, mais pas de beurre. Quand la viande bien saisie est rissolée de toutes parts, la poudrer avec la farine, et laisser continuer de roussir cette farine quelques minutes, tout en remuant, puis ajouter la gousse d'ail hachée et quand on sent l'odeur de l'ail échauffé, il faut mouiller la viande à l'eau, complètement recouverte. Ajouter la purée de tomates, sel, poivre, bouquet et si la sauce n'est pas franchement brune, la colorer avec du caramel, couvrir et laisser cuire doucement 45 mn. Pendant ce temps, éplucher les petits oignons, carottes et navets que l'on coupe en quartiers pas trop gros, jeter tous ces légumes dans une poêle contenant du *beurre* brûlant, les poudrer légèrement de sucre pour les faire caraméliser un peu ce qui leur donne et donne au ragoût un fumet exquis, et quand les légumes sont bien dorés les ajouter au ragoût. Laisser encore cuire 45 mn, puis on ajoutera les pommes de terre, nouvelles à la saison, ou en tout cas des pommes de terre ne s'écrasant pas à la cuisson. Il ne reste plus qu'à laisser encore cuire de 20 à 30 mn pour que la viande et les légumes soient cuits en même temps.

Bien soigneusement dégraisser le dessus de la sauce avant de servir, vérifier l'assaisonnement et semer du persil haché en servant.

Voilà comment s'obtient un bon ragoût ; plat familial et sain.

1 kg. de mouton . 50 gr. de saindoux . 2 cuillères à soupe de farine . 1 gousse d'ail . 1/2 litre d'eau . 2 cuillères à soupe de purée de tomates . 125 gr. d'oignons 100 gr. de navets . 150 gr. de carottes . 750 gr. de pommes de terre . 1/2 cuillère à soupe de sel fin . 2 pincées de poivre moulu . 1 cuillère à soupe de persil haché 30 gr. de beurre . bouquet garni.

HARICOT DE MOUTON

Temps de cuisson, 2 h 30

Procéder comme pour le ragoût de mouton, mais remplacer les pommes de terre par des haricots blancs qui auront été cuits à part à l'eau, comme de coutume (voir chapitre des légumes).

1 litre de haricots blancs.

SAUTÉ DE MOUTON AU RIZ

Temps de cuisson, 2 h 15 à 2 h 30

Procéder comme pour un ragoût mais ne pas mettre de farine et 20 mn avant complète cuisson de la viande, faire revenir un moment au beurre le riz caroline et le jeter dans le ragoût. Il absorbera en cuisant la sauce, de sorte que le plat se sert à sec ou presque ; mais le riz étant un farineux, il devient inutile de mettre de la farine sur la viande.

On peut aussi remplacer le riz par du macaroni, en procédant comme il est dit pour le veau (page 80).

250 gr. de riz . 25 gr. de beurre.

RAGOÛT DE MOUTON A L'ANGLAISE

Temps de cuisson, 2 h 30

Voici une sorte de ragoût qui vous changera totalement de la méthode usuelle et qui plaira par son bon goût comme par sa parfaite digestibilité. La viande se fait blanchir et écumer, pendant 5 mn, au lieu de la faire revenir ; l'égoutter, rincer et remettre à cuire avec les oignons émincés et 250 gr. de pommes de terre coupées. Saler et poivrer ; plus de poivre à cause de la fadeur d'une viande bouillie. Couvrir largement d'eau, ajouter un bouquet et cuire 1 h. 30. Retirer alors les morceaux de viande, dégraisser la cuisson et passer les oignons et pommes de terre au tamis pour en faire une purée, qui, délayée avec le jus formera sauce légère. Remettre à finir de cuire 30 mn avec des petites pommes de terre qui resteront entières. Servir avec persil haché dessus ; le surplus de bouillon fera une excellente soupe.

1 kg. de mouton . 250 gr. d'oignons . 750 gr. de pommes de terre . 1 cuillère à café de sel . 1/2 cuillère à café de poivre moulu . bouquet . 1 cuillère à soupe de persil haché . 1/2 litre d'eau.

FRESSURE DE MOUTON

Temps de cuisson, 2 h

On désigne sous le nom de fressure les abats intérieurs du mouton comprenant le foie, le cœur et les poumons dont on fait un genre de ragoût.

Couper en gros dés les poumons ou mou et en tranches le cœur. Faire revenir avec un peu de graisse, puis poudrer de farine et faire roussir. Ajouter l'ail et mouiller avec l'eau et le vin rouge. Ajouter quelques oignons, un bouquet et assaisonner. Laisser cuire 1 h 30, puis faire sauter au beurre dans une poêle le foie coupé en tranches et fariné, et l'ajouter au ragoût au dernier moment pour ne pas le laisser bouillir, ce qui le durcirait. On peut ajouter à ce ragoût des pommes de terre comme dans le ragoût ordinaire.

600 gr. d'abats . 50 gr. de saindoux . 1 cuillère à soupe de farine . 1 gousse d'ail . 1 verre d'eau . 1 verre de vin rouge . 50 gr. d'oignons . 1 bouquet 1 cuillère à café de sel . 1/2 cuillère à café de poivre . 50 gr. de beurre . 500 gr. de pommes de terre.

SAUTÉ D'AGNEAU AUX PETITS POIS

Temps de cuisson, 1 h

Couper une épaule d'agneau en gros dés et faire revenir à feu vif à la bonne graisse de rôti, poudrer de farine, et mouiller avec l'eau et un peu de tomate purée. Assaisonner de sel, poivre, bouquet garni et ajouter les petits oignons rissolés. Laisser cuire, puis dégraisser la sauce et y ajouter les petits pois cuits à part. On peut aussi faire cuire les pois avec la viande, mais ils seront moins verts. Servir comme un ragoût.

1 kg. d'épaule d'agneau . 50 gr. de saindoux . 1 cuillère à soupe de farine 1/2 litre d'eau . 1 cuillère à soupe de tomates en purée . 1 cuillère à café de sel 2 pincées de poivre moulu . 1 kg. de petits pois . 100 gr. d'oignons.

GIGOT DE MOUTON A LA BOULANGÈRE

Temps de cuisson, 1 h

Faire rôtir le gigot dans un plat assez grand et lorsqu'il est à moitié cuit mettre autour quelques oignons émincés puis des pommes de terre en rouelles minces ou en quartiers. Finir de cuire le tout ensemble en arrosant souvent. Comme il n'est pas possible d'obtenir un jus de rôti dans cette préparation puisque les pommes de terre l'absorbent à mesure, il est bon d'en faire un peu à part avec les os et parures du gigot.

2 kg. de gigot . 100 gr. d'oignons . 750 gr. de pommes de terre.

GIGOT BOUILLI A L'ANGLAISE

Temps de cuisson, 1 h

Envelopper le gigot dans une serviette et le plonger dans une grande marmite d'eau bouillante salée, où il doit bien baigner. Le cuire à petits bouillons 15 mn par livre, cuire autour une garniture de : carottes, navets, haricots verts, petits pois et pommes de terre. Le gigot doit être saignant comme s'il était rôti.

Les légumes se servent autour et le tout s'accompagne d'une sauce aux câpres faite comme il est dit au chapitre des sauces en la mouillant avec de la cuisson du gigot.

C'est très bon et cela change ; au printemps, avec les légumes nouveaux et un jeune mouton, c'est un plat à recommander.

2 kg. de gigot . 2 litre 1/2 d'eau . 1 cuillère à soupe de sel gris . 100 gr. de carottes 100 gr. de navets . 150 gr. de haricots verts . 150 gr. de petits pois écossés 200 gr. de pommes de terre.

DAUBE DE MOUTON A LA PROVENÇALE

Temps de cuisson, 4 h

Prendre de l'épaule de mouton désossée et la couper en morceaux ; les faire mariner une nuit dans le vin rouge avec oignons, carottes émincées, persil, thym et laurier ; puis l'huile dessus pour éviter l'éventement du vin. Mettre à cuire en terrine à feu avec les gousses d'ail, les lardons de lard maigre, les pieds de mouton désossés et les couennes de porc en petits carrés. Assaisonner et garnir des légumes de la marinade. Couvrir hermétiquement et cuire au four pendant 4 h. Servir dans la terrine après dégraissage.

1 kg. d'épaule de mouton . 3 verres de vin rouge . 100 gr. d'oignons . 50 gr. de carottes . 3 branches de persil . 1 brin de thym . 1 feuille de laurier . 1 verre d'huile . 3 gousses d'ail . 100 gr. de lard maigre . 2 pieds de mouton . 125 gr. de couennes de porc.

ÉPIGRAMMES DE MOUTON OU D'AGNEAU

Temps de cuisson, 15 mn

Il arrive souvent que l'on fait cuire dans une soupe aux choux pour donner bon goût un morceau de poitrine de mouton, en même temps que du petit salé ; or, la poitrine de mouton très grasse ne plaît pas quand elle est seulement bouillie. On la présentera donc ainsi sous forme d'épigrammes.

Quand elle est très cuite, on en détache les petits os et on la fait refroidir avec un poids dessus pour qu'elle soit compressée ; ensuite on la coupe en morceaux de la dimension de deux doigts et on les pane comme il est dit pour les escalopes de veau ; on les fait ensuite frire ou griller dans un four très chaud et on les sert soit avec une purée ou autre légume, soit avec une sauce tartare. C'est alors très agréable à manger, la chapelure ayant absorbé la graisse.

600 gr. de poitrine de mouton . 300 gr. de petit salé . Pas de sel.

ÉPAULE D'AGNEAU FARCIE

Temps de cuisson, 1 h

Faire désosser une épaule d'agneau — ou de mouton si on a un assez grand nombre de convives, — la saler intérieurement, la poivrer et étaler sur ce côté la chair à saucisses, bien assaisonnée de sel, poivre, fines herbes et oignons hachés. Rouler l'épaule pour bien emprisonner la farce et la ficeler, puis la faire revenir au saindoux en cocotte avec les oignons et carottes en rouelles, la mouiller ensuite avec l'eau, couvrir hermétiquement et laisser braiser doucement au four si on peut pendant 1 h pour une épaule d'agneau et 2 h 30 pour une épaule de mouton. La servir avec le jus dégraissé et un légume à son choix.

1 kg. d'épaule d'agneau . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu 250 gr. de chair à saucisses . 1 cuillère à soupe de fines herbes hachées . 50 gr. d'oignons . 50 gr. de saindoux . 100 gr. de carottes . 1 verre d'eau.

GIGOT RÔTI

Temps de cuisson, 15 mn par livre

Le gigot se rôtit à raison de 15 mn par livre, à four chaud, simplement salé ; si le gigot est de bonne qualité, il doit être assez gras pour se nourrir en cuisant de sa propre graisse ; il n'y a que si la viande paraît maigre et sèche que l'on met un peu de beurre ou de graisse dessus ; l'arroser souvent pendant la cuisson et le servir avec son jus bien dégraissé.

L'épaule de mouton se fait aussi rôtir roulée et ficelée 15 mn par livre.

La garniture la plus souvent accolée au gigot est la garniture de haricots blancs. Au chapitre des légumes, on trouvera la recette des haricots à la bretonne qui conviennent très bien.

2 kg. de gigot . 1 cuillère 1/2 à café de sel . 25 gr. de beurre.

CÔTELETTES DE MOUTON GRILLÉES

Temps de cuisson, 10 mn

Assaisonnées, graissées, les côtelettes se cuisent sur un gril chauffé d'avance et se servent saignantes. (Pour la cuisson, voir rôtis et grillades, page 69.)

Les côtelettes peuvent être prises dans les côtelettes à manche ou dans le filet de mouton ; dans ce dernier cas elles s'appellent : des mutton chop's.

6 côtelettes.

CÔTELETTES DE MOUTON A LA CHAMPVALLON

Temps de cuisson, 1 h 30

Un très bon plat recommandable qui se fait avec des côtelettes découvertes ou de qualité médiocre. Il faut les faire sauter à la poêle comme si on voulait les servir telles, puis les mettre dans un plat creux à gratin, les recouvrir de pommes de terre en rouelles mélangées avec les oignons émincés, recouvrir le tout avec du bouillon, assaisonner et cuire au four modéré ; il faut que la viande soit très cuite et le dessus du plat gratiné ; si le jus s'évapore trop on en remet un peu.

6 côtelettes . 60 gr. de beurre . 500 gr. de pommes de terre . 100 gr. d'oignons 1/2 litre de bouillon . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu.

ROGNONS SAUTÉS MADÈRE

Temps de cuisson, 6 mn

Oter la pellicule et émincer finement en rondelles les rognons de mouton, les sauter à la poêle à feu très vif et beurre brûlant, les poudrer légèrement de farine, ajouter le madère (ou du vin blanc), un peu de bouillon, sel, poivre et persil haché, donner un seul bouillon et servir de suite. On peut ajouter des champignons ; en ce cas, ceux-ci seront émincés et sautés au beurre à part avant d'y être mêlés.

6 rognons . 100 gr. de beurre . 1 cuillère à soupe de farine . 3 cuillères à soupe de madère . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu . 2 cuillères à soupe de persil haché . 125 gr. de champignons.

ROGNONS A LA BROCHETTE

Temps de cuisson, 8 mn

Oter la pellicule et fendre les rognons par le travers, mais pas complètement, les deux moitiés devant être tenues ensemble par la membrane grasse et nerveuse qui forme, comme un nœud, à la partie interne du rognon. Avec une brochette soit en métal, soit en bois, on traverse les rognons pour les maintenir ouverts ; la brochette doit passer en dessous de la partie nerveuse et blanche et ressortir au-dessus de la chair de chaque côté du nœud d'attache. Saler et beurrer les rognons et les faire griller à feu assez vif. La cuisson demande une huitaine de minutes ; on sert les rognons avec leurs brochettes et on met, dans le creux de chacun — car la chair se recroqueville à la cuisson, — une noix de beurre à la maître d'hôtel, et on place un bouquet de cresson à chaque bout du plat.

6 rognons . 1 cuillère à café de sel . 100 gr. de beurre . 1/4 de botte de cresson.

CERVELLES DE MOUTON AU BEURRE NOIR

Temps de cuisson, 10 mn

Cuire les cervelles, après les avoir pelées le mieux possible, dans de l'eau salée et vinaigrée ; ne pas les laisser bouillir, puis les égoutter, les partager en deux par le travers et les mettre sur le plat, saler et poivrer encore un peu. Les arroser de beurre noir, c'est-à-dire assez brûlé pour devenir noir, les arroser d'un filet de vinaigre et servir brûlantes.

La cervelle est un mets très sain, très nourrissant et léger en même temps, il convient aux vieillards comme aux enfants, aux convalescents, aux affaiblis. Comme tous les abats elle est contre-indiquée dans les affections intestinales.

3 cervelles . 1 litre d'eau . 1 cuillère à café de sel gris . 1/2 verre de vinaigre 1/2 cuillère à café de sel fin . 1 pincée de poivre moulu . 100 gr. de beurre.

CERVELLES A L'ANGLAISE

Temps de cuisson, 10 mn

Partager en deux en travers des cervelles crues, les assaisonner, fariner et paner à la chapelure, puis les cuire au beurre comme des escalopes ; les faire ainsi pour les personnes qui ne digèrent pas le beurre noir.

3 cervelles . 1/2 cuillère à café de sel fin . 2 cuillères à soupe de farine . 50 gr. de chapelure . 60 gr. de beurre.

PIEDS DE MOUTON A LA POULETTE

Temps de cuisson, 15 mn

Les pieds de mouton peuvent, à Paris, s'acheter tout cuits. Si on les prend crus, il faut les flamber, les partager en deux et retirer l'os ainsi que la petite touffe de poils qui se trouve au milieu, et ensuite les cuire pendant au moins 3 h, comme la tête de veau dans de l'eau farinée, salée et vinaigrée. (Voir tête de veau, page 84.)

Faire une sauce blanche avec le beurre et la farine, mouiller ce roux blanc avec le bouillon et le lait. Laisser cuire cette sauce et la lier avec les jaunes d'œufs et la crème, un jus de citron. Faire bouillir la sauce comme celle de la blanquette de veau (voir recette, page 79), y ajouter les pieds bien égouttés, quelques champignons cuits et servir.

12 pieds de mouton . 50 gr. de beurre . 30 gr. de farine . 1/4 de litre de bouillon 1 verre de lait . 2 jaunes d'œufs . 80 gr. de crème . 1 jus de citron 100 gr. de champignons . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu.

COMMENT ON DOIT FAIRE UN JUS DE RÔTI

Temps de cuisson, 15 mn

Un rôti, de quelque nature qu'il soit, doit toujours se mettre cuire sec, c'est-à-dire avec beurre ou autre corps gras, mais sans eau ni liquide ; puis, lorsqu'il est cuit, le retirer du plat, égoutter la graisse provenant de la cuisson mais laisser le jus que parfois la viande a rendu et qui se trouve sous la graisse ; mettre le plat sur le feu et laisser bouillonner ce jus jusqu'à ce qu'il soit évaporé et reste sous forme d'un gratin attaché au fond du plat. Mettre alors soit de l'eau, soit du bouillon suivant la nature du rôti et faire dissoudre ce gratin : cela s'appelle déglacer le plat, et constitue alors le vrai jus de rôti que l'on peut colorer de quelques gouttes de caramel.

S'il s'agit de volaille ou gibier rôtis, on peut laisser un peu de la graisse de cuisson.

Une bonne précaution consiste à avoir une petite grille que l'on met sous la viande pour l'isoler du fond du plat, et empêcher qu'elle s'y attache ou y forme croûte si le dessous du four est très chaud. A défaut de grille je conseille de glisser sous la viande quelques épaisses tranches de pommes de terre, qui seront très bonnes à manger.

LE PORC

CÔTELETTES DE PORC A LA CHARCUTIÈRE

Temps de cuisson, 20 mn

Faire revenir les côtelettes des deux côtés avec très peu de beurre, puisqu'elles rendent de la graisse en cuisant et quand elles sont bien cuites (car le porc doit toujours être très cuit), les mettre sur le plat que l'on tient au chaud, puis retirer un peu de la graisse rendue à la cuisson et, dans ce qu'il en reste, jeter l'oignon et l'échalote finement hachés, faire légèrement jaunir, mouiller avec le vinaigre et laisser réduire presque à fond, ajouter alors la sauce piquante (voir page 34). Laisser bouillonner un instant et verser sur les côtelettes.

6 côtelettes . 10 gr. de beurre . 1 oignon . 1 échalote . 1/2 verre de vinaigre 1/4 de litre de sauce piquante . 1 cuillère à café de sel fin.

RÔTI DE PORC

Temps de cuisson, 50 mn

Pour rôtir, on prend généralement le filet de porc ou la pointe de culotte que l'on cuit dans un four bien chaud et à raison de 35 mn par livre en mettant seulement un peu de sel fin. Il est inutile de mettre de graisse quelconque, la viande étant assez grasse par elle-même. Ne jamais servir de porc saignant, cette viande, de même que le veau ne développe ses propriétés nutritives et hygiéniques que complètement cuite. Le rôti de porc se sert généralement accompagné d'un légume, soit purée de pommes de terre, de pois, d'épinards soit tout autre légume, choux, choucroute, haricots, lentilles, etc.... Ces légumes peuvent et doivent s'accommoder avec la graisse rendue par le rôti.

750 gr. de porc . 1 cuillère à café de sel fin.

CUISSON DU JAMBON FUMÉ

Temps de cuisson, 20 mn par 500 gr. de viande

Si parfois l'on a à faire cuire un jambon entier, il faut le tremper 24 h à l'eau froide pour le dessaler, puis le mettre tel quel dans une grande marmite d'eau froide où il puisse baigner largement et dès que l'ébullition se produit, retirer la marmite sur le côté du feu pour maintenir un léger frémissement à la cuisson qui ne comporte rien d'autre que de l'eau, sans sel naturellement. Il faut 20 mn par livre pour la cuisson et laisser refroidir dedans (si on doit servir le jambon froid). Quand on le sert chaud, il faut l'accompagner d'un légume et d'une sauce madère (voir sauces, page 34).

1 jambon . 4 à 8 litres d'eau selon la grosseur.

RILLETTES DE PORC

Temps de cuisson, 5 h

Toutes les ménagères devraient savoir faire des rillettes, qui peuvent être faites rien qu'avec du porc, ou moitié porc et une autre viande, oie, lapin, canard, etc.... Les rillettes peuvent se conserver quelques jours et constituent, pour les enfants, d'excellentes tartines. Prendre du porc frais (pas salé), des bas morceaux, dans lequel il y ait à peu près autant de gras que de maigre, le couper en morceaux pas trop gros, même avec les os, et les mettre dans une marmite, de terre, de préférence, avec sel, poivre, une feuille de laurier, une brindille de thym, un peu de quatre épices — si possible —, baigner entièrement d'eau et mettre au feu, puis laisser cuire doucement de façon à ce que l'eau soit fortement évaporée et la viande cuite en purée. Verser le tout dans une grande terrine et le laisser un peu refroidir, puis trier la viande, de façon

à en ôter soigneusement tous les os, écraser ensuite le tout avec la fourchette, pour faire de ce mélange une purée parfaite, la mettre dans des petits pots et laisser refroidir. Conserver au frais, mais pas à l'humidité.

1 kg. de porc frais . 1 cuillère à café de sel fin . 1/2 cuillère à café de poivre moulu 1 feuille de laurier . 1 brin de thym . 2 litres d'eau . Il est plus intéressant de faire cette préparation avec au moins 2 kg. de viande sinon 3.

FROMAGE DE TÊTE DE PORC

Temps de cuisson, 2 h au moins

Très bon plat pour l'hiver, car on ne peut pas en faire moins d'une certaine quantité, une demi-tête par exemple, et cela ne se conserverait pas pendant la saison chaude. Prendre une demi-tête de porc crue et la faire cuire telle quelle dans une grande marmite d'eau, comme si l'on faisait un pot-au-feu avec oignons, carottes, poireaux et bouquet garni, sel et quelques grains de poivre enfermés dans un petit linge pour les retirer facilement. Laisser cuire jusqu'à ce que ce soit très très cuit ; retirer alors la tête et en détacher tous les os ; puis hacher grossièrement la viande. Préparer aussi un hachis bien fin d'oignons, échalotes, un peu d'ail et fines herbes ; mélanger ensemble dans un saladier la tête de porc hachée et le hachis ci-dessus, ajouter quelques louches de la cuisson de la tête et l'assaisonnement que l'on juge nécessaire après y avoir goûté, puis laisser refroidir ainsi dans le saladier. Le lendemain ce sera pris en gelée et après l'avoir démoulé on obtient un joli pâté délicieux et nutritif. Le bouillon de cuisson peut constituer la soupe du soir en y ajoutant choux et pommes de terre.

1/2 tête de porc . 3 litres d'eau . 2 oignons . 2 carottes . 1 poireau . 1 bouquet garni . 1 cuillère à soupe de sel . poivre en grains . Hachis : 2 oignons 2 échalotes . 1 gousse d'ail . 1 cuillère à soupe de fines herbes.

SAUCISSES, CRÉPINETTES, CHIPOLATAS

Temps de cuisson, 10 mn

Se font généralement cuire à la poêle ou au four ; il est bon pour les saucisses longues et les chipolatas de les tremper dans l'eau froide avant de les cuire, cela empêche la peau de se fendre ; les piquer avec les dents de la fourchette pendant la cuisson pour en faire sortir la graisse. Elles se servent soit avec des choux, des lentilles ou autres légumes ou encore une sauce tomate.

6 grosses saucisses ou 18 chipolatas . 20 gr. de beurre.

SAUCISSES DE TOULOUSE

Temps de cuisson, 15 mn

Les cuire à la poêle et les servir avec un légume.

Toutes les saucisses, crépinettes, pieds cendrillon, etc..., se cuisent ainsi, exception faite pour les saucisses rouges, qui se font bouillir 5 mn, et les saucisses de Strasbourg ou de Francfort qui se cuisent soit dans la choucroute, soit à l'eau bouillante en 15 mn.

6 saucisses . 20 gr. de beurre.

BOUDINS GRILLÉS

Temps de cuisson, 10 mn

Faire des petites incisions sur les côtés du boudin et le cuire soit au gril, soit à la poêle avec un peu de graisse. Le boudin se sert toujours avec une purée de pommes de terre ou des lentilles, mais on peut le servir également avec une marmelade de pommes de rainette bien sûres et sans sucre. C'est excellent, en même temps que l'acidité de la pomme facilite la digestion du boudin, qui a le défaut d'être de digestion laborieuse. On sert parfois aussi cette même marmelade avec du rôti de porc ; essayez une fois vous serez ravis de la recette.

L'andouillette se grille comme le boudin.

20 cm. de boudin par personne . 50 gr. de saindoux . 1 kg. 500 de pommes de terre.

Fromage de tête de porc —►

PATÉ DE PORC EN TERRINE

Temps de cuisson, 1 h 15

Prendre une terrine de grandeur moyenne (terrine ovale jaune avec couvercle) de la contenance de 700 à 800 gr. de viande. Assaisonner la chair à saucisses avec le sel et poivre, assaisonner également le morceau de porc frais et garnir le fond de la terrine avec la moitié de la chair, sur laquelle on met une tranche de jambon, le morceau de porc, l'autre tranche de jambon par-dessus et, enfin, pour finir de remplir la terrine, le reste de la chair. Couvrir la terrine et faire une petite pâte molle avec de la farine et de l'eau pour boucher la jointure du couvercle, afin que ce soit hermétique, puis placer la terrine dans un plat à four avec deux doigts d'eau ; faire partir l'ébullition sur le feu, puis mettre au four assez chaud.

Laisser refroidir et conserver au frais une huitaine de jours si l'on veut. Pâté délicieux qui peut durer plusieurs jours en le gardant au frais et toujours fermé.

375 gr. de chair à saucisses . 375 gr. de porc frais . 2 tranches de jambon cuit 1/2 cuillère à café de sel . 1/2 cuillère à café de poivre.

PATÉ DE FOIE DE CHARCUTIERS

Temps de cuisson, 1 h 30

L'hiver on peut très bien faire chez soi ce délicieux pâté, lorsque la température permet de le conserver quelques jours. Couper en dés le foie de porc, le lard gras non salé et la panne de porc. Hacher le tout au hachoir mécanique et le passer encore dans un gros tamis de fer qui retiendra les nerfs. Assaisonner assez fortement, ajouter les oignons et les échalotes hachés finement et cuits au beurre, puis thym, persil, laurier, farine et les œufs entiers. Remplir une terrine à pâté chemisée de bardes de lard ou, mieux, d'un morceau de toilette ou crépine de porc que l'on rabat par-dessus le hachis. Cuire au bain-marie dans un four modéré. Laisser refroidir et garder au frais.

750 gr. de foie de porc . 500 gr. de lard maigre . 500 gr. de panne de porc . 100 gr. d'oignons . 2 échalotes . 30 gr. de beurre . 1 branche de thym . 1 cuillère à café de persil haché . 1 feuille de laurier . 3 cuillères à soupe de farine 3 œufs.

PATÉS EN CROÛTE

Temps de cuisson, 1 h par kilo

Foncer un moule à pâté avec la pâte à pâté indiquée (page 154) et garnir l'intérieur exactement comme il est expliqué pour les terrines de lièvre par couches de farce de porc et de la viande qui désigne le nom du pâté ; on peut mettre, par exemple, du veau et des tranches de jambon entre deux couches de farce ou du lapin, ou de la volaille, gibier, etc.... Pour les pâtés autres que ceux de gibier, la farce sera seulement assaisonnée de sel épicé et aromatisée de cognac, ou madère. Le pâté étant bien garni, le recouvrir d'une galette de pâte bien soudée à la pâte du moule, décorer le couvercle avec des petits motifs de cette même pâte, dorer à l'œuf, ménager une ouverture sur le couvercle et cuire à four chaud. La cuisson est parfaite quand du jus sort par le petit trou ménagé sur le couvercle.

SALAISON DU PORC

A la campagne, il arrive que l'on élève et tue un cochon, de façon à s'assurer une réserve pour l'hiver. On le sale alors pour le conserver. Une bonne méthode consiste à mélanger le sel de cuisine avec le poivre et le salpêtre ; bien frotter les parties du porc avec ce mélange, puis le ranger dans un saloir et le recouvrir avec le reste du sel, mettre une planche dessus et la charger d'un gros poids. Au bout de dix jours de macération, retirer les morceaux sans y mettre les mains, et les égoutter sur une claie en bois où on les laisse à l'air frais, pour se sécher.

On peut aussi laisser le porc recouvert de sel gris sans salpêtre, mais on risque un échec, ou tout au moins le rancissement du gras.

3 kg. de sel . 25 gr. de poivre . 20 gr. de salpêtre.

←— Pâté en croûte

LES VOLAILLES
ET
LES GIBIERS

LES VOLAILLES ET LES GIBIERS

Pour 6 personnes

CONSIDÉRATIONS GÉNÉRALES

Lorsque l'on achète un poulet pour rôtir, il faut s'assurer du degré de tendreté et pour cela saisir entre le pouce et l'index la pointe de l'os de la poitrine, qui se nomme le bréchet, et qui doit se ployer sans effort en faisant un léger mouvement de repli, car lorsque le poulet est jeune, cet os n'est encore qu'un simple cartilage qui ne s'osséifie qu'à mesure que le volatile vieillit. La peau doit être d'un beau grain fin et blanc; la chair un peu grasse sans excès. En général, on achète les volailles toutes plumées, et comme le cadre de ce manuel ne se prête pas aux trop longues explications que nécessiteraient le vidage et le nettoyage de la volaille, il est préférable, si l'on ne sait pas, de faire faire ce travail aux marchands.

Pour le canard, la tendreté se constate au bec dont on doit pouvoir ployer aisément la membrane supérieure. Pour l'oie également.

Pour les dindons, c'est la peau des pattes qui indique la qualité. Chez un jeune sujet, cette peau, ou plus exactement l'écaille qui en tient lieu, est brillante et assez lisse, tandis que les vieilles dindes ont des sortes d'écailles rugueuses, grisâtres et comme décollées les unes des autres.

Pour les pigeonneaux, la poitrine doit être plutôt plate que bombée, le bec et le bréchet très tendres.

En règle générale, les volailles de bonne qualité sont plutôt grasses que maigres. Les canards particulièrement s'ils sont maigres, sont secs même s'ils ne sont pas durs.

LES VOLAILLES

POULET RÔTI
Temps de cuisson, 40 mn

Mettre dans le corps du poulet à rôtir quelques grains de sel, le mettre au four ou à la broche avec un morceau de beurre dessus et un peu de sel fin ; le rôtir à feu assez vif, en l'arrosant souvent de la graisse qu'il rend, et le saler encore légèrement une fois vers la fin de la cuisson ; le servir avec le jus de rôti légèrement dégraissé et du cresson si l'on veut.

1 poulet de 1 kg. 500 à 2 kg. . quelques grains de sel gris . 30 gr. de beurre 1/2 cuillère à café de sel fin . 1/2 botte de cresson.

Découpage d'un poulet cuit : Pour découper un poulet, on détache d'abord les deux cuisses, puis les deux ailes en faisant sur chaque côté de la poitrine une coupe qui arrive juste à la jointure de l'aile, de sorte qu'il reste sur l'os un milieu de poitrine que l'on partage d'un coup de couteau ou avec de gros ciseaux, de la carcasse au dos.

On détaille alors cette poitrine en deux ou plusieurs morceaux suivant sa grosseur et on partage la carcasse en deux. Lorsque le poulet est bien découpé, on peut avec un peu d'habileté, reconstituer les morceaux sur la carcasse (mais celle-ci retournée sens dessus dessous), de façon à présenter le poulet reformé en entier.

POULET EN COCOTTE
Temps de cuisson, 1 h

Cuire le poulet en cocotte ou en casserole fermant bien ; le faire d'abord rissoler de tous côtés au beurre, puis quand il est bien jauni, l'assaisonner et le couvrir pour qu'il finisse de cuire ainsi, soit au four, soit sur feu doux en le retournant de temps à autre, le servir dans la cocotte même.

Quand on fait un poulet en cocotte, on peut y mettre autour une garniture soit cuite avec, soit cuite à part et ajoutée ensuite. Mettre, par exemple, des petits oignons et des lardons rissolés et des champignons ; des fonds d'artichauts ; des carottes, navets, etc.... Les légumes qui seraient un peu durs pourraient être déjà à moitié cuits à l'eau d'avance, soit entiers ou en quartiers, suivant leur nature.

1 poulet de 1 kg. 300 . 60 gr. de beurre . 1 cuillère à café de sel fin . 60 gr. de lard de poitrine . 6 ou 8 petits oignons . 125 gr. de champignons . 600 gr. de pommes de terre coupées en dés.

POULET MARENGO
Temps de cuisson, 1 h 15

Il faut découper le poulet cru, de même façon qu'il vient d'être dit pour le poulet rôti, saler et *fariner* les morceaux et les jeter en cocotte avec le beurre et autant d'huile brûlante. Faire bien rissoler, puis ajouter l'oignon haché, laisser encore rissoler cet oignon, puis mettre le vin blanc et le laisser réduire fortement, ajouter alors la purée de tomates épaisse, et l'eau pour constituer une sauce pas trop abondante. Couvrir et laisser cuire doucement. Ajouter 10 mn avant de servir les champignons nettoyés, lavés, mais crus. Dégraisser le dessus de la sauce avant de servir. On peut mettre un peu d'ail en même temps que l'oignon si l'on en aime le goût et on sert le poulet avec des croûtons de pain frits à l'huile autour.

1 kg. 500 de poulet . 40 gr. de farine . 30 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe d'huile . 1 oignon . 1 verre de vin blanc . 50 gr. de purée de tomates . 1 verre d'eau . 250 gr. de champignons . 1 gousse d'ail . 12 croûtons de pain 1 cuillère à café de sel.

POULET SAUTÉ PARMENTIER

Temps de cuisson, 45 mn

Découper le poulet cru et fariner les morceaux ; les faire cuire dans un sautoir avec le beurre très chaud et si possible dans le four à couvert, mais sans mouiller. Pendant ce temps, peler et couper en petits carrés très réguliers, comme des dés à jouer, les pommes de terre ; les faire blanchir à l'eau, un seul bouillon, et les cuire au beurre brûlant à la poêle. Dresser le poulet sur plat rond, mettre les pommes de terre autour. Verser le vin blanc dans le sautoir du poulet ; ajouter un peu de glace de viande, de beurre et persil haché, donner quelques bouillons et verser sur le poulet.

1 poulet de 1 kg. . 40 gr. de farine . 70 gr. de beurre . 500 gr. de pommes de terre . 1 verre de vin blanc . 2 cuillères à café de persil haché . 1 cuillère à café de sel.

POULET SAUTÉ CHASSEUR

Temps de cuisson, 1 h

Préparer le poulet comme pour marengo, mais le cuire à couvert tout doucement, après l'avoir fait revenir. Pendant ce temps faire rissoler avec un peu de beurre les champignons émincés crus, les mouiller avec le vin blanc, y mettre la sauce brune et quand le poulet est cuit entièrement au beurre, le dresser et le saucer avec cette sauce aux champignons.

Croûtons de pain frits autour et persil dessus.

1 poulet de 1 kg. 200 . 250 gr. de champignons . 1/4 de litre de sauce brune 1/2 verre de vin blanc . 12 croûtons de pain . persil . 60 gr. de beurre. 1 cuillère à café de sel.

POULET AU BLANC

Temps de cuisson, 1 h 15

Peut être cuit entier ou coupé en morceaux ; il se traite comme une blanquette de veau dans ce dernier cas.

Si on le présente entier, il faut le cuire avec l'eau, le vin blanc, ajouter un oignon et une carotte, un bouquet et quelques grains de poivre. Le pocher sans presque bouillir puis faire une sauce blanche avec la cuisson passée, en procédant comme pour la blanquette. Lier avec jaunes et crème et garnir de champignons et de petits oignons.

1 poulet de 1 kg. 200 . 1 litre 1/2 d'eau 1 verre de vin blanc . 60 gr. d'oignons 1 carotte . bouquet garni . 1 pincée de poivre en grains . 2 jaunes d'œufs 80 gr. de crème . 200 gr. de champignons . 1 cuillère à café de sel.

POULET EN FRICASSÉE

Temps de cuisson, 1 h

Avec le poulet découpé cru, les morceaux assaisonnés et farinés, il faut procéder exactement comme pour la fricassée de veau (voir page 79).

POULET A L'ESTRAGON A BLANC

Temps de cuisson, 1 h 15

Même préparation que pour le poulet au blanc entier, mais avec un bouquet d'estragon dans la cuisson et de l'estragon frais haché dans la sauce.

Dépouiller la volaille, la napper avec de la sauce et décorer le dessus de feuilles d'estragon blanchies, deux ou trois bouillons à l'eau bouillante ; pas d'autre garniture.

POULET A L'ESTRAGON A BRUN

Temps de cuisson, 1 h 15

Le poulet doit rissoler au beurre dans une casserole, puis le mouiller avec un demi-litre de bonne sauce brune tomatée et très liquide, y ajouter un bouquet d'estragon et cuire à casserole couverte Dégraisser et passer la sauce que l'on additionne d'estragon haché. Napper le poulet sans le dépouiller et le décorer de feuilles d'estragon blanchies. La seule différence réside dans la couleur de la sauce.

Poulet en cocotte ↑
Poulet sauté chasseur →

POULET SAUTÉ BORDELAISE

Temps de cuisson, 1 h 15

Découper le poulet cru et le sauter avec moitié huile et moitié beurre, le cuire doucement et le dresser et entourer de petits bouquets de fonds d'artichauts émincés et sautés, de cèpes sautés à l'huile et de rouelles d'oignons frits. Sauce demi-glace légère sur le poulet.

1 kg. de poulet . 50 gr. de beurre . 2 cuillères d'huile . 3 fonds d'artichauts 400 à 500 gr. de cèpes . 60 gr. d'oignons.

POULET SAUTÉ A LA PROVENÇALE

Temps de cuisson, 1 h 15

Découper le poulet et faire sauter et cuire les morceaux à l'huile bien chaude, les dresser et les garnir avec des aubergines en rouelles farinées et frites à l'huile, alternées avec des bouquets de tomates sautées. Déglacer la casserole au vin blanc avec un peu d'ail haché, y verser une tasse de sauce tomate très claire et arroser le poulet. Persil haché dessus.

1 poulet de 1 kg. . 1 verre d'huile . 3 aubergines . 3 tomates . 1/4 de verre de vin blanc . 1 gousse d'ail . 1 verre de sauce tomate . 1 cuillère à café de persil haché.

POULET A LA GELÉE

Temps de cuisson, 1 h 15

On fait rôtir le poulet d'avance et on le découpe comme il est dit à la suite du poulet rôti, on le reconstitue dans une terrine à pâté ou autre récipient creux et on verse dessus une excellente gelée bien claire et bien aromatisée soit au porto, soit à l'estragon si c'est la saison.

On peut aussi le décorer de feuilles d'estragon blanchies.

On fera sa gelée la veille, elle sera meilleure que celle du charcutier (voir ci-dessous).

GELÉE D'ASPIC

Temps de cuisson, 3 h

Très simple à faire en opérant comme suit : Faire comme un pot-au-feu avec le gîte de bœuf, les couennes de porc, quelques os de veau gélatineux et d'un demi-pied de veau. Mouiller avec l'eau, garnir de légumes et saler, poivrer, ne pas la couvrir et cuire doucement. Dégraisser et passer cette gelée que l'on rend claire en la fouettant sur le feu jusqu'à l'ébullition avec les blancs d'œufs et le porto (ou estragon). La passer à la serviette et faire refroidir.

Pour 1 litre 1/2 de gelée :

500 gr. de gîte de bœuf . 250 gr. de couennes de porc . 1/2 pied de veau . 500 gr. d'os de veau . 2 litres 1/2 d'eau . 1 cuillère à soupe de sel . 1/2 cuillère à café de poivre moulu . 3 carottes . 2 oignons . bouquet garni . 3 œufs . 1/2 verre de porto.

POULE AU RIZ

Temps de cuisson, 3 h

Cuire une poule comme un pot-au-feu avec quelques oignons et carottes ; s'il s'agit d'une vieille poule, on peut la laisser 2 ou 3 h en cuisson, puis passer le bouillon au linge, faire revenir légèrement au beurre le riz cru et lorsqu'il est un peu sec le mouiller avec trois fois son volume de bouillon de poulet un peu gras (pas trop), cuire ce riz à couvert tout doucement 20 mn au maximum.

Pendant ce temps, faire une sauce blanche (velouté) avec le reste du bouillon de volaille, et servir la poule, sur le riz après avoir ôté la peau qui est toujours dure, napper la poule avec de la sauce dont on sert le reste en même temps.

1 poule de 1 kg. 500 . 60 gr. d'oignons . 60 gr. de carottes . 250 gr. de riz . 50 gr. de beurre . 1/2 litre de sauce blanche . 1/2 cuillère à soupe de sel . 2 pincées de poivre moulu.

←— Poulet à la gelée

PIGEONS AUX PETITS POIS

Temps de cuisson, 45 mn

Faire revenir au beurre les pigeonneaux avec des petits oignons et des lardons autour, puis poudrer de farine, laisser roussir et mouiller avec de l'eau ou du bouillon si l'on en a. Ajouter un peu de tomate purée et des petits pois frais, crus, à la saison ; laisser cuire à couvert et dégraisser avant de servir.

Si on emploie des pois de conserve, les faire blanchir d'abord et les ajouter aux pigeons, 5 mn avant de servir.

3 pigeons . 50 gr. d'oignons . 100 gr. de bardes de lard . 1 cuillère de farine 1 kg. de pois . 1 verre d'eau . 1 cuillère à soupe de tomates en purée . 50 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre.

PIGEONNEAUX EN COMPOTE

Temps de cuisson, 40 mn

Faire revenir en cocotte deux pigeonneaux avec les petits oignons et les lardons de lard de poitrine. Retirer les pigeons quand ils sont bien dorés et égoutter la graisse qui peut être noircie. Remettre du beurre et la farine, faire roussir, puis mouiller avec l'eau, ajouter la purée de tomates, sel, poivre et bouquet garni. Remettre les pigeons et laisser cuire ensemble 40 mn pour des pigeonneaux ; davantage si ce sont de plus vieux pigeons, car ce volatile doit être très cuit ; autrement il reste la moitié de la viande sur les os. 10 mn avant la complète cuisson, ajouter les champignons crus bien nettoyés et quand tout est cuit, dégraisser la sauce et servir.

6 pigeonneaux . 160 gr. d'oignons . 100 gr. de lard de poitrine . 50 gr. de beurre 1 cuillère à soupe de farine . 1/4 de litre d'eau . 1 cuillère à soupe de tomates en purée . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre . 1 bouquet garni 375 gr. de champignons.

CANARD AUX NAVETS

Temps de cuisson, 40 à 60 mn

Faire rissoler le canard en cocotte, puis égoutter la graisse qui servira à faire rissoler les navets taillés en quartiers, mouiller le canard avec de la sauce brune faite d'avance (voir ce mot au chapitre Sauces), ajouter les navets bien rissolés à la poêle, assaisonner, couvrir et laisser cuire suivant la qualité du volatile.

1 canard de 1 kg. 500 . 750 gr. de navets . 1/4 de litre de sauce brune . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 40 gr. de beurre.

CANARD AUX PETITS POIS

Même recette que pour le pigeon du même nom.

CANARD A L'ORANGE

Temps de cuisson. 1 h

Faire revenir le canard en cocotte avec du beurre, puis égoutter ce beurre devenu inutile ; mouiller le canard avec la sauce brune préparée à part, l'assaisonner de peu de sel et mettre autour le zeste finement pelé de deux oranges. Couvrir et laisser cuire doucement pendant 45 mn si le canard est tendre. Pendant ce temps, lever le zeste des oranges et le tailler en fins copeaux comme du tabac ; le faire blanchir 3 mn dans l'eau bouillante. Peler à vif les cinq oranges dont le zeste a été levé et les séparer par tranches sans laisser de peau ni pépins. Quand le canard est cuit, dégraisser et passer la sauce, y mettre les zestes blanchis et le jus d'une orange, le sucre, le curaçao. Couper le canard, le mettre au milieu du plat et verser la sauce dessus, sans la passer, garnir le tour avec les tranches d'oranges.

1 canard de 1 kg. 500 . 40 gr. de beurre . 1/4 de litre de sauce brune . 5 oranges 1/2 cuillère à café de sucre . 1 verre à liqueur de curaçao.

OIE AUX MARRONS

Temps de cuisson, 1 h 15

Il faut faire griller les marrons d'avance, car ils ne cuiraient pas dans l'intérieur de la bête, si on les mettait crus. Lorsqu'ils sont grillés légèrement, mais cuits, les peler et les introduire dans une oie vidée, soit tout seuls, soit mélangés de farce de porc, puis faire rôtir l'oie au four. Il ne faut pas saisir l'oie trop brutalement, mais seulement la mettre à four chaud et augmenter la chaleur du four vers le milieu de la cuisson pour qu'une fois cuite elle soit bien dorée et la peau bien croustillante. Il faut bien 1 h 30 pour une oie bourrée de marrons et 1 h 10 s'il n'y a rien dedans.

3 kg. d'oie . 750 gr. de marrons . 200 gr. de farce de porc . 1 cuillère à café de sel fin.

CONFIT D'OIE

Grande ressource pour les ménagères dans toute la région toulousaine.

J'ai pensé que la recette pourrait intéresser de même les ménagères de toutes contrées, puisque les oies s'élèvent partout. Dans le Midi, on engraisse les oies pour le foie et ce sont ces bêtes que l'on confit ensuite de cette façon.

Découper les oies en quatre parties, les saler légèrement pendant 24 h puis les essuyer et faire pocher doucement et sans ébullition dans la graisse d'oie que l'on a fondue d'avance. On reconnaît que la viande est cuite quand, en la piquant avec une aiguille, il ne sort plus de sang par la piqûre.

Ranger alors ces morceaux d'oie dans des pots en grès et les recouvrir avec la graisse de cuisson, bien reposée et décantée pour ne pas mettre le jus que la viande a rendu. S'il n'y a pas assez de graisse pour que la viande en soit recouverte entièrement, on ajoutera du saindoux fondu. Ces fondus se conservent assez longtemps, mais je recommande de les conserver dans plusieurs petits pots, afin qu'une fois entamés, ils soient assez rapidement consommés ; autrement, trop longtemps en vidange, un grand vase risque de voir s'altérer son contenu.

CASSOULET

Temps de cuisson 2 h

Le cassoulet est un plat méridional que l'on déguste à Castelnaudary ou à Toulouse ; il comporte du confit d'oie, de la poitrine de mouton, du lard maigre et du saucisson à l'ail. On peut supprimer le confit d'oie bien entendu, si on n'en a pas ; on le remplacera par du rôti de porc. Il faut faire cuire les haricots blancs avec quelques couennes de porc coupées en carrés, lard de poitrine et poitrine de mouton. Tout cela cuit ensemble avec un oignon, la carotte, un bouquet, deux gousses d'ail ; sans sel pour commencer, ne saler que vers la fin de la cuisson et très peu.

Ensuite, faire revenir avec du saindoux, deux oignons hachés ; quand ils sont blondis, ajouter une grosse gousse d'ail écrasée, puis la purée de tomates fraîche ou conservée et mouiller avec la cuisson des haricots. Faire rôtir au four le porc si on ne met pas d'oie.

Maintenant, mettre les haricots dans la sauce tomatée ; vérifier l'assaisonnement, puis disposer dans des plats en terre à gratin, une couche de haricots, sur laquelle on met la viande coupée en tranches, toute la viande, saucisson compris. Si on met de l'oie confite, on en met un morceau au milieu. Recouvrir avec les haricots qui doivent être fortement mouillés, semer la chapelure dessus et gratiner doucement au four doux en remettant de la cuisson de haricots si ça a l'air d'être à sec. Servir bien gratiné et toutes les viandes bien cuites.

1 kg. de poitrine de mouton . 125 gr. de lard maigre . 10 morceaux de confit d'oie . 1 saucisson . 1 litre de haricots blancs . 125 gr. d'oignons . 50 gr. de carottes . 2 gousses d'ail . 1 bouquet garni . très peu de sel . 50 gr. de saindoux . 2 cuillères à soupe de tomates en purée . 2 cuillères à soupe de chapelure.

DINDE RÔTIE

Temps de cuisson, de 1 h à 2 h

Four bien chaud, comme pour l'oie, plus chaud vers la fin de la cuisson. Il faut pour un dindonneau 45 mn et pour une grosse dinde 1 h 45 à 2 h. Saler plusieurs fois pendant la cuisson peu à la fois et après avoir arrosé la pièce, car si on sale avant, l'arrosage fait glisser le sel. Il faut arroser la dinde avec du beurre car la chair en est plus sèche que celle de l'oie ou du canard.

1 dinde de 3 kg. . 2 cuillères à café de sel . 50 gr. de beurre.

ABATIS DE DINDE AU RIZ

Temps de cuisson, 1 h 20 environ

Faire revenir au beurre les abatis coupés en morceaux qui comprennent le cou et la tête, les ailerons, le gésier et le foie. Quand ils sont un peu rissolés, ajouter un gros oignon haché, puis 5 mn après l'ail haché, mouiller largement avec l'eau, saler, poivrer, ajouter un bouquet et laisser cuire une petite heure. Au bout de ce temps, c'est-à-dire quand les abatis sont presque cuits, jeter dedans le riz préalablement sauté au beurre à la poêle, donner encore 20 mn de cuisson et servir. Ce plat doit être presque à sec, le riz ayant absorbé la cuisson, mais il faut cependant que cela reste moelleux, sinon, on remet un peu de bouillon. En faisant revenir le riz avant, il ne s'éclate pas en cuisant et reste en grains.

75 gr. de beurre . 100 gr. d'oignons . 1/2 gousse d'ail . 1/2 litre d'eau 1 pincée de poivre . 1 cuillère à café de sel . bouquet garni . 250 gr. de riz.

LE GIBIER

Les gibiers à plumes : faisans, perdreaux, canards sauvages, sarcelles, pluviers, vanneaux, bécasses, bécassines, ainsi que les petits oiseaux, cailles, grives, merles, mauviettes, sont généralement rôtis et toujours enveloppés de lard, ce qui s'appelle : « Bardés » ; les grives, les perdreaux sont souvent entourés d'une feuille de vigne avant d'être bardés.

Le gros gibier est aussi apprêté en salmis ; nous ne parlerons pas des coûteuses préparations de la grande cuisine et resterons, dans ce manuel, dans les limites de la cuisine simple.

FAISANS ET PERDREAUX RÔTIS

Bardés de lard, le gibier sera de plus graissé d'un morceau de beurre, salé et cuit à four bien chaud en arrosant souvent. Vers la fin de la cuisson, ôter la barde de lard pour pouvoir colorer la poitrine.

On dresse en général ce gibier sur des croûtons de pain carrés, frits avec la graisse de rôti du gibier, ce qui s'appelle des canapés.

Le temps de cuisson est de 35 à 40 mn environ pour le faisan et 15 à 20 mn pour le perdreau.

Voici deux recettes simples de faisan :

FAISAN EN COCOTTE

Temps de cuisson, 40 mn

Barder de lard le faisan et le faire revenir au beurre dans une cocotte en terre allant au feu. Quand il est bien rissolé, le saler et le couvrir pour le laisser mijoter doucement pendant 15 mn puis y ajouter une quinzaine de petits lardons rissolés au beurre et autant de petits champignons crus bien lavés. Mouiller légèrement de sauce madère et laisser s'achever la cuisson à couvert. Servir en cocotte même.

1 faisan . 50 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 100 gr. de champignons 1 verre de sauce madère . 125 gr. de barde de lard.

FAISAN A LA VALLÉE D'AUGE

Temps de cuisson, 40 mn

Même façon de faire revenir le faisan, et quand il est bien coloré, et à moitié cuit à couvert mettre autour les pommes de rainettes, pelées et émincées. Mouiller avec la crème épaisse, saler, poivrer, ajouter si l'on veut de l'eau-de-vie de cidre et laisser finir la cuisson. Servir tel quel.

1 faisan . 50 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 1 litre de pommes de rainettes . 150 gr. de crème . 2 pincées de poivre . 1/2 verre d'eau-de-vie 125 gr. de bardes de lard.

PETIT GIBIER

Sous ce nom, je désigne les cailles, grives, mauviettes et autres petits volatiles qui, tous, peuvent subir les mêmes préparations ; donc les recettes que j'applique aux grives peuvent s'appliquer aux autres gibiers en tenant compte du temps de cuisson légèrement variable suivant la grosseur des oiseaux.

GRIVES A LA BONNE FEMME

Temps de cuisson, 25 mn

Les petits oiseaux traités sous ce nom se font rissoler au beurre en casserole avec six lardons maigres légèrement cuits au beurre blanc. Saler, couvrir et mettre au four 10 mn, puis ajouter les croûtons de mie de pain frits au beurre et le vin blanc. Laisser cuire doucement et servir.

6 grives . 75 gr. de beurre . 60 gr. de lard maigre . 1/2 cuillère à café de sel 1 pincée de poivre . 6 croûtons de pain . 1 verre de vin blanc.

GRIVES AU GENIÈVRE

Temps de cuisson, 25 mn

Même préparation en supprimant le lard et les croûtons, mais en ajoutant dans la cocotte une pincée de baies de genièvre écrasées. Déglacer au cognac et quelques cuillères de jus brun. Servir en cocotte.

6 grives . 75 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre 1 verre de vin blanc . 1/2 verre de cognac . 1 pincée de genièvre.

CAILLES A LA TURQUE

Temps de cuisson, 35 mn

Préparer un rizotto au gras (voir légumes) et lorsqu'il commence à cuire y mettre dedans les cailles bien rissolées. Achever la cuisson pendant 16 à 18 mn, la graisse des cailles rend le riz délicieux. Dresser le riz en monticule au milieu du plat et les cailles autour.

4 cailles . 75 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre.

MAUVIETTES A LA NORMANDE

Temps de cuisson, 15 mn

Cuire en casserole des mauviettes et, d'autre part apprêter une marmelade de pommes sûres bien réduite et épaisse. Mettre cette marmelade dans un plat creux et l'égaliser, puis y incruster les oiseaux. Arroser le dessus de crème épaisse (deux cuillères par mauviette) et servir de suite.

12 mauviettes 75 gr. de beurre . 1 livre de pommes . 250 gr. de crème 1/2 cuillère à café de sel.

SALMIS DE PERDREAUX

Temps de cuisson, 1 h

Il faut faire d'avance une petite quantité de sauce brune (voir ce mot, page 34), puis rôtir le gibier très saignant ; pendant ce temps faire revenir à l'huile l'oignon haché, puis l'échalote et la pointe d'ail, le brin de persil, thym et laurier (très peu). Quand l'odeur de ces ingrédients se répand y mettre le vin blanc et autant de rouge et laisser réduire jusqu'à ce qu'il n'y en ait plus que le quart ; y verser la sauce brune, et laisser cuire un quart d'heure. Le gibier étant cuit, le découper et broyer la carcasse en la pilonnant assez pour la réduire en purée, l'ajouter à la sauce, donner deux ou trois bouillons et passer cette sauce sur les morceaux de gibier auxquels on ajoute les champignons cuits. Tenir au chaud, sans laisser bouillir, car la viande durcirait ; servir comme un ragoût, adroitement dressé avec des croûtons de pain taillés en cœur et frits à l'huile. Goûter toujours l'assaisonnement des mets avant de servir.

2 ou 3 perdreaux . 2 cuillères à soupe d'huile . 1 oignon . 1 échalote . 1 gousse d'ail . 1 brin de persil . très peu de thym et laurier . 1/2 verre de vin blanc 1/2 verre de vin rouge . 1/4 de litre de sauce brune . 125 gr. de champignons 12 croûtons de pain.

PERDRIX AUX CHOUX

Temps de cuisson, 1 h 30

La vieille perdrix étant trop dure pour rôtir, on la fait aux choux. La faire rissoler au beurre, entourée d'une barde de lard, puis la mettre en cocotte assez grande pour pouvoir y mettre autour un chou vert que l'on aura épluché, lavé et ébouillanté pendant une dizaine de minutes. Ajouter l'oignon, la carotte, le bouquet, le morceau de lard de

poitrine salé, le cervelas et l'assaisonnement nécessaire. Mouiller avec le bouillon gras et laisser cuire en couvrant hermétiquement.

Servir les choux bien égouttés et dresser la perdrix découpée dessus puis autour des choux, mettre le lard et le cervelas coupés en morceaux.

Les choux devront être légèrement hachés avant de les servir pour la commodité du service.

Les faisans peuvent subir les mêmes apprêts que les perdreaux.

2 perdrix . 50 gr. de beurre . 125 gr. de bardes de lard . 1 chou vert . 1 oignon 1 carotte . bouquet . 200 gr. de lard de poitrine . 1 cervelas . 1 verre de bouillon.

CHEVREUIL

Temps de cuisson, 12 mn par 500 gr. de viande

Le chevreuil n'est certes pas une viande de consommation courante dans la cuisine ménagère mais il peut arriver que l'on soit gratifié d'un cadeau provenant d'un chasseur et il est bon que la ménagère ne se trouve pas trop embarrassée pour en tirer parti. Le cuissot se pique de fins lardons après avoir été bien dénervé et se fait mariner trois jours environ avec vin blanc, vinaigre, oignons, échalotes, carottes en rouelles, bouquet et poivre en grains. Il se fait ensuite rôtir à feu vif 12 mn par livre et se sert avec sauce poivrade ou venaison et s'accompagne d'une garniture de légumes ; généralement purée de marrons ou de céleri-rave ou marmelade de pommes sûres. L'épaule se traite aussi en rôti mais ce n'est pas très riche; il vaut mieux la faire en civet comme un civet de lièvre.

Les côtelettes se marinent 24 h et se sautent à l'huile à la sauteuse en 5 mn ; elles se servent saignantes à raison de deux par personne et comportent les mêmes sauces et garnitures que le cuissot.

1 cuissot de 1 kg. de chevreuil . 125 gr. de lard gras . 2 verres de vin blanc 2 cuillères à soupe de vinaigre . 100 gr. d'oignons . 50 gr. d'échalotes . 2 carottes 1 bouquet . poivre en grains . sauce poivrade . légumes pour garniture : 1 kg. 500 de marrons ou 1 kg. 500 de céleri rave.

SAUTÉ DE CHEVREUIL A LA FORESTIÈRE

Temps de cuisson, 1 h 30 à 2 h

Précisément, avec l'épaule ou des bas morceaux marinés, on peut faire une excellente entrée. Procéder comme pour faire un ragoût, en rissolant la viande à l'huile brûlante, la poudrer de farine ; la roussir et mouiller avec le vin blanc, la marinade et l'eau. Ajouter tomates, assaisonner de sel, poivre et genièvre et quand le chevreuil est presque cuit, lui ajouter les cèpes sautés à l'huile. Dégraisser et servir avec croûtons frits.

1 kg. de chevreuil . 50 gr. d'huile . 20 gr. de farine . 1 verre de vin blanc sec 1 verre de marinade . 1/2 verre d'eau . 1 cuillère à café de sel . 1/4 de cuillère à café de poivre . 1 cuillère à soupe de genièvre . 750 gr. de cèpes.

LIÈVRES ET LAPINS

Nous confondons dans ce chapitre le lapin domestique et le lapin de garenne, puisqu'à tous deux on peut faire subir les mêmes apprêts. On connaît surtout la gibelotte et le lapin sauté chasseur dont voici les recettes.

GIBELOTTE DE LAPIN

Temps de cuisson, 45 mn à 1 h

Le lapin découpé, le faire revenir en cocotte avec un morceau de beurre brûlant et aussi une douzaine de lardons de lard de poitrine et les petits oignons entiers ; quand le tout est roussi, poudrer de farine, la cuire quelques minutes en ajoutant la gousse d'ail haché, puis mouiller avec le vin rouge, à couvert, saler et poivrer et cuire 45 mn si le lapin est tendre. 20 mn avant sa complète cuisson, ajouter quelques petites pommes de terre, ne pas oublier de forcer la couleur brune de la sauce avec du colorant, caramel ou Patrelle.

1 lapin de 1 kg. 500 . 50 gr. de beurre . 125 gr. de lard de poitrine . 75 gr. d'oignons . 40 gr. de farine . 1 gousse d'ail . 2 verres de vin rouge . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu . 500 gr. de pommes de terre.

LAPIN CHASSEUR

Temps de cuisson, 45 mn à 1 h

Procéder de même façon pour le lapin avec beurre et huile par moitié, mais sans lard, ni oignons ; quand il est rissolé, le poudrer de farine et mettre en même temps les échalotes hachées, puis mouiller avec le vin blanc et l'eau, assaisonner de sel, poivre, bouquet, mettre encore la purée de tomates dans la sauce qui doit être brune, et un quart d'heure avant complète cuisson, ajouter les champignons, soit en lames, soit entiers, mais sautés à l'huile et un peu rissolés.

1 lapin de 1 kg. 500 . 50 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe d'huile . 50 gr. de farine . 1 cuillère à café d'échalotes hachées . 1 verre de vin blanc . 1 verre d'eau . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu . 1 bouquet garni 2 cuillères à soupe de purée de tomates . 250 gr. de champignons.

LAPIN FARCI

Temps de cuisson, 1 h 30

Vider un lapin sans abîmer la peau du ventre ; faire pour le farcir un hachis de porc (chair à saucisses) mélangé avec le foie, le cœur et les poumons bien hachés, de l'oignon haché cuit au beurre, échalotes, ail et fines herbes, sel, poivre et la mie de pain rassise trempée au bouillon. Bourrer le lapin, recoudre la peau du ventre et le faire revenir en cocotte avec oignons et carottes en rouelles, ajouter le vin blanc ou rouge à son goût. Couvrir hermétiquement la cocotte et cuire au four doucement. Lier la cuisson avec le sang que l'on aura réservé. Ce lapin devant être bien cuit, le temps de cuisson dépend de sa tendreté.

On est obligé de rouler le lapin en couronne pour pouvoir le faire en cocotte.

1 lapin de 1 kg. 500 . 500 gr. de chair à saucisses . 50 gr. d'oignons . 1 échalote 1 gousse d'ail . 1 cuillère à soupe de fines herbes . 1/2 cuillère à café de sel 1 pincée de poivre moulu . 50 gr. de mie de pain . 1 carotte . 1/2 bouteille de vin blanc.

LIÈVRE EN CIVET

Temps de cuisson, 1 h 30

Le civet se différencie de la gibelotte en ce que la sauce est faite avec moins de farine et est liée en dernier lieu avec le sang du lièvre qu'il faut absolument posséder si l'on veut servir un véritable civet. Donc il faut le lièvre entier duquel le sang ne se soit pas trop épanché par la blessure produite par le plomb du chasseur.

Dépouiller et vider le lièvre proprement en réservant le sang dans un bol, défieller le foie, couper le lièvre en morceaux, tout au moins le devant, car le râble (reins) et les cuisses de derrière peuvent servir à faire l'un un excellent rôti, les autres un pâté ou une terrine, étant donné qu'un lièvre entier constitue généralement un plat trop copieux pour un foyer moyen.

Donc, couper le lièvre et si l'on a 24 h d'avance le faire mariner avec une bouteille de vin rouge et quelques aromates.

Éponger ensuite les morceaux et les faire rissoler à grand feu avec beurre et huile brûlants pour bien saisir la viande, c'est essentiel, puis la fariner, modérément, et mettre la gousse d'ail hachée. Roussir la farine et mouiller alors avec le vin rouge — celui de la marinade — et un peu d'eau — ne pas mettre que du vin, la sauce serait âcre, — saler et condimenter, puis ajouter les oignons et autant de lardons bien rissolés.

Laisser cuire à couvert 1 h, ou plus, suivant la qualité et quand il est cuit, ajouter les champignons crus bien nettoyés.

Donner encore 10 mn de cuisson et lier la sauce au moment de servir. Pour cela verser quelques cuillères de sauce dans le sang pour le chauffer un peu, puis le verser dans le civet sur le côté du feu en le remuant pour faire pénétrer le sang par toute la sauce et donner juste un bouillon pour en assurer la cuisson. La sauce doit devenir épaisse, crémeuse et bien brune. Ce civet se sert entouré de croûtons de pain frits ; le reste ne perd pas en qualité s'il est réchauffé, mais la sauce en sera tournée par la cuisson du sang, et sera moins présentable à l'œil.

1 lièvre . 1 bouteille de vin rouge . 50 gr. de beurre . 1/2 verre d'huile . 20 à 30 gr. de farine . 1 gousse d'ail . 1 cuillère à café de sel . 125 gr. d'oignons 125 gr. de lard . 375 gr. de champignons . 12 croûtons de pain.

Canard à l'orange —→

TERRINE DE LIÈVRE

Temps de cuisson, 2 h

Avec les cuisses désossées et bien dénervées, on fera soit un pâté en croûte avec la pâte indiquée pour les pâtés au chapitre de la Pâtisserie, soit une terrine qui a, sur le pâté, l'avantage d'une cuisson plus facile et d'une conservation de plus longue durée.

Il faut détailler la chair en filets pas trop gros, les assaisonner et les faire mariner la veille avec un peu de madère ou un peu de cognac. Prendre de la farce de porc chez le charcutier. Passer à la moulinette ou hacher finement le foie de lièvre qu'il faut avoir ou, à défaut, quelques cuillères du sang, pour mélanger à cette farce. Assaisonner de sel, poivre et épices et y mélanger le liquide ayant servi à mariner le lièvre, puis garnir par couches alternées de farce et de filets de lièvre, la terrine qui doit être de contenance proportionnée pour être totalement remplie. La couvrir et mettre un bourrelet de pâte (farine et eau) autour du couvercle. Mettre la terrine dans un plat creux à four avec de l'eau bouillante autour (4 à 5 cm.) et cuire au four pendant 1 h 30 environ pour 1 kg. de pâté. Servir tout à fait refroidi et conserver au frais si l'on veut dix à quinze jours.

Les terrines à pâté numéros 5 ou 6 conviennent pour 1 kg. de viande.

500 gr. de chair de lièvre . 1 cuillère à café de sel . 1 verre de madère . 1/2 litre d'eau . 2 pincées de poivre moulu . 500 gr. de farce de porc.

↑ Cassoulet

← Lapin farci

LES LÉGUMES
ET
LES PATES ALIMENTAIRES

LES LÉGUMES ET LES PATES ALIMENTAIRES

Pour 6 personnes

En raison du rôle important que les légumes jouent dans l'hygiène alimentaire, nous devons leur consacrer un chapitre particulier, soit qu'ils accompagnent les viandes en leur servant de garniture, ou qu'ils soient donnés seuls.

Chaque légume possède des propriétés différentes ; les uns sont rafraîchissants, sans être nutritifs tels : les épinards, artichauts, choux, asperges, haricots verts et, en général, tout légume vert ; d'autres, au contraire, sont des plus nourrissants et peuvent remplacer la viande de boucherie, par exemple les légumes farineux, haricots, lentilles, pois, pommes de terre, mais les uns et les autres sont nécessaires à l'organisme pour débarrasser le sang des impuretés qu'il charrie. Un coup d'œil sur le tableau des menus de régime montrera que dans tous, les légumes sont recommandés. Il est donc indispensable que la ménagère sache tirer parti des légumes dont nous avons en France une assez grande variété, pour qu'en toute saison on puisse s'approvisionner de légumes frais.

Et voici maintenant une série de recettes à leur appliquer ; nous les mentionnons dans leur ordre alphabétique pour la commodité des recherches.

AUBERGINES A LA PROVENÇALE

Temps de cuisson, 45 mn

Peler et couper en rondelles de 1 cm. les aubergines, les poudrer de sel fin et les laisser dégorger 30 mn ; les fariner, les sauter à la poêle avec l'huile brûlante ; puis pendant qu'elles cuisent faire sauter dans une autre poêle à l'huile également une quantité égale de tomates vidées coupées en quatre. Les deux légumes étant cuits, les réunir avec l'assaisonnement, la gousse d'ail hachée finement, du persil haché, sauter le tout ensemble 4 ou 5 mn et servir.

3 aubergines . 1 cuillère à café de sel fin . 2 cuillères à soupe de farine . 2 verres d'huile . 750 gr. de tomates . 1 gousse d'ail . 2 cuillères à café de persil haché.

AUBERGINES A LA MEUNIÈRE

Temps de cuisson, 45 mn

Les peler, les couper en tranches de 1 cm. d'épaisseur en longueur et les faire dégorger au sel ; les éponger, les fariner et les cuire au beurre brûlant à la poêle en les retournant quand elles sont cuites d'un côté. Les dresser sur plat long avec persil haché et les arroser de beurre bouillant.

3 aubergines . 100 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe de farine . 2 cuillères à café de persil haché.

AUBERGINES FRITES

Temps de cuisson, 5 mn par fournée

Les peler, et couper en rondelles d'un centimètre, les faire dégorger au sel puis les fariner et les passer dans l'œuf entier battu comme pour une omelette et à mesure les faire tomber dans la friture d'huile très chaude. 4 mn de cuisson et servir de suite.

3 aubergines . 2 cuillères à soupe de farine . 1 œuf . bain de friture d'huile ou de saindoux.

AUBERGINES FARCIES

Temps de cuisson, 1 h

Ne pas les peler, les partager en deux en long, faire une légère fente tout autour de la chair près de la peau, les poudrer de sel et 30 mn après les fariner et les frire à l'huile brûlante. Les égoutter, vider l'intérieur en conservant les peaux, les hacher et y mélanger un volume égal de champignons hachés, cuits à l'huile à part (une fois hachés). Bien assaisonner de sel, poivre, persil, refarcir les peaux, semer de la chapelure dessus, les arroser d'huile et gratiner à four brûlant, servir avec un coulis de tomates.

3 aubergines . 2 cuillères à soupe de farine . 200 gr. de champignons . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu . 2 cuillères à café de persil haché 50 gr. de chapelure . 2 cuillerées à soupe de purée de tomates . bain de friture d'huile ou de saindoux.

ARTICHAUTS SAUCE BLANCHE

Temps de cuisson, 45 mn

Les artichauts se font cuire soit entiers, soit coupés en deux, s'ils sont trop gros, car il est plus facile de les partager crus que lorsqu'ils sont cuits. Les laver et les jeter dans l'eau bouillante salée. Le temps de cuisson varie suivant le degré de tendreté des artichauts ; on reconnaît qu'ils le sont assez, quand, en tirant sur une des feuilles, elle s'arrache sans effort. Les égoutter alors, sens dessus dessous, et les servir chauds accompagnés d'une sauce blanche (voir sauces), ou d'une vinaigrette. Pour les servir en vinaigrette, on peut les laisser refroidir ou les servir tièdes.

6 artichauts moyens . 4 litres d'eau . 2 cuillères à soupe, au ras, de sel gris 1/2 litre de sauce blanche.

ARTICHAUTS A LA BARIGOULE

Temps de cuisson, 1 h 30

Choisir des petits artichauts tendres, couper le bout des feuilles et les ébouillanter 6 à 8 mn ; les rafraîchir ensuite et les presser un peu, puis les cuire en cocotte, avec l'eau, le vin blanc, la purée de tomates pour constituer un coulis léger et sur le tout l'huile d'olive, saler, poivrer et cuire assez vivement jusqu'à complète cuisson, laisser refroidir et servir tel quel avec la cuisson très réduite.

Il y a aussi une façon d'artichauts à la barigoule, farcis, trop compliquée pour trouver place en ce Manuel.

On désigne sous le nom de poivrade des petits artichauts, très tendres qui se mangent crus à la vinaigrette très poivrée.

6 artichauts . 1 verre d'eau . 1 verre de vin blanc . 2 cuillères à soupe de purée de tomates . 3 cuillères à soupe d'huile d'olive . 1 cuillère à café de sel 2 pincées de poivre moulu.

ASPERGES

Temps de cuisson, 30 mn

Gratter les asperges sans les casser, raccourcir le bout terreux et les laver, puis les cuire à l'eau bouillante salée, en évitant l'ébullition trop vive qui ferait détacher les têtes, cuites avant le corps des asperges ; éviter de les laisser par trop cuire, et les servir bien égouttées, accompagnées de sauce blanche ou sauce vinaigrette. (Voir sauces.)

2 kg. d'asperges . 3 litres d'eau . 1 cuillère à soupe, au ras, de sel gris . 1/2 litre de sauce blanche.

CAROTTES A LA VICHY

Temps de cuisson, 35 mn

La carotte très recommandée dans les affections du foie est d'un usage très fréquent dans la cuisine, soit pour garnir un pot-au-feu, ou un ragoût, une daube, etc. La bonne carotte est d'une belle couleur rouge vermillon, lisse d'aspect et sucrée.

Les gratter pour réserver le plus possible la partie rouge, puis les laver et les couper en très minces rondelles aussi minces que possible. Les mettre dans une casserole assez large et les baigner presque jusqu'en haut avec de l'eau, froide ou chaude,

ajouter le beurre, le sucre et le sel, puis faire cuire à grands bouillons *sans les découvrir* jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'eau du tout et que l'on entende les carottes commencer à rissoler dans le beurre qui, lui, ne se sera pas évaporé.

A ce moment, elles sont cuites ; les servir de suite avec le persil haché dessus.

750 gr. à 1 kg. de carottes . 1 litre d'eau . 70 gr. de beurre . 3 morceaux de sucre . 1/2 cuillère à café de sel . 2 cuillères à café de persil haché.

CAROTTES A LA CRÈME

Temps de cuisson, 35 mn

Elles peuvent se faire cuire à l'eau salée, soit coupées en rondelles, soit entières ou en quartiers si ce sont des carottes nouvelles rondes, puis les égoutter, les sauter un instant au beurre pour les ressuyer et les baigner de sauce béchamel légère additionnée, si on le peut, de crème double.

Laisser mijoter 10 mn dans la sauce, saler légèrement, et sucrer de même, un soupçon. Servir de suite sans laisser traîner sur le feu, ce qui risquerait de faire tourner la sauce.

750 gr. de carottes . 1/2 litre d'eau . 1/2 cuillère à café de sel . 40 gr. de beurre 1/4 de litre de sauce béchamel . 60 gr. de crème.

CAROTTES A LA CHANTILLY

Temps de cuisson, 35 mn

Préparer selon l'indication donnée pour les carottes à la crème, et aussi, mais à part, des petits pois frais au beurre, comme il est dit au chapitre des petits pois. On dresse alors dans un légumier les carottes à la crème et on ménage un creux au centre pour y verser les petits pois. Cette combinaison des deux légumes dont l'un est un farineux et l'autre pas, donne un excellent ensemble.

600 gr. de carottes . 1/2 litre d'eau . 1/2 cuillère à café de sel . 40 gr. de beurre 1/4 de litre de sauce béchamel . 80 gr. de crème . 500 gr. de petits pois.

CÉLERIS AU JUS

Temps de cuisson, 1 h

Les céleris constituent un légume très sain, léger et qui peut se servir soit cru en salade (voir hors-d'œuvre), soit cuit et comportent divers accommodements. Il est également très bon autour d'un morceau de veau à la casserole. Il y a deux sortes de céleris, le rave et le branche. Voici d'abord ce qui concerne le *céleri en branches*.

Supprimer les côtes vertes du tour, et couper le bout des feuilles, éplucher la racine, puis partager les pieds en deux en longueur, et les laver soigneusement, les brosser même et écarter un peu les feuilles pour s'assurer de leur parfaite propreté. Les mettre ensuite dans une casserole d'eau bouillante salée pendant un bon quart d'heure ; puis les rafraîchir et les égoutter, les finir de cuire en cocotte avec oignons, carottes, bouquet, sel, poivre et bouillon. Cuire une bonne heure, les égoutter et les servir arrosés d'un bon jus de veau rôti ou d'une sauce brune au madère.

3 pieds de céleri . 3 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel gris . 50 gr. d'oignons 1 carotte . 1 bouquet garni . 2 pincées de poivre . 1/4 de litre de sauce brune.

CÉLERI A LA MORNAY

Temps de cuisson, 1 h

Cuire les céleris comme il est dit ci-dessus, les égoutter complètement, les couper en travers de leur longueur pour qu'ils ne restent pas si longs, ce qui serait une gêne pour se servir à table. Préparer une bonne sauce Mornay (voir sauces), la fromager fortement, en étendre une couche au fond d'un plat à gratin, poser les céleris dessus, les poudrer de fromage et les recouvrir copieusement du reste de la sauce. Semer dessus de la chapelure et arroser de beurre. Faire gratiner à four chaud.

1/2 litre de sauce Mornay . 100 gr. de gruyère râpé pour gratin . 50 gr. de chapelure . 40 gr. de beurre.

CÉLERIS A LA PORTUGAISE

Temps de cuisson, 1 h

Les apprêter tout d'abord comme il est dit ci-dessus, les blanchir et les rafraîchir, puis les couper en morceaux de 8 à 10 cm. de long. Faire blondir au beurre les oignons émincés suivant la quantité de céleris et la grosseur des oignons, ainsi qu'un peu de carottes en rouelles. Lorsque c'est blondi, y mettre les tomates fraîches, vidées et coupées en quartiers, laisser un peu fondre ces tomates, puis saupoudrer de farine, très peu pour que la sauce soit claire, juste un peu liée, mouiller avec du bouillon, ou, à défaut de bouillon, mettre de l'eau et une Poule au Pot, ajouter les céleris et l'assaisonnement, et laisser braiser jusqu'à ce que les céleris soient bien cuits. Il est évident que le temps de cuisson dépend de la qualité du céleri.

50 gr. de beurre . 100 gr. d'oignons . 1 carotte . 4 tomates . 1 cuillère à soupe de farine . 1 verre d'eau.

CÉLERI-RAVE AU JUS

Temps de cuisson, 30 mn

Peler le pied de céleri, le couper en quartiers réguliers, de la forme que l'on veut, soit en tranches, soit en carrés, et le faire cuire presque entièrement à l'eau salée. L'égoutter quand il est encore un peu croquant, mais cuit cependant. Faire chauffer le beurre dans une casserole et y ranger les morceaux de céleri, saler, poivrer, couvrir et finir de bien cuire ainsi, soit au four, soit sur le côté du feu. Les dresser ensuite soit comme légumes avec un bon jus de viande tomaté dessus, soit comme garniture d'un morceau de veau casserole, après les avoir laissé mijoter autour.

Un bon céleri-rave doit être lourd ; veiller en l'achetant, à ce qu'il ne soit pas creusé.

750 gr. de céleri rave . 3 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel gris . 50 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel fin . 2 pincées de poivre.

CÉLERI-RAVE A L'ITALIENNE

Temps de cuisson, 40 mn

Cuire le céleri comme il est dit ci-dessus, préparer une sauce brune très tomatée avec les champignons hachés dedans. Dresser les morceaux de céleri, qui auront achevé leur cuisson au beurre, dans un légumier et les arroser de cette sauce délicieuse, semer du persil haché dessus.

1/2 litre de sauce brune . 200 gr. de champignons . 2 cuillères à café de persil haché.

CÉLERI-RAVE A LA MORNAY

Temps de cuisson, 40 mn

Cuire les céleris comme il est dit plus haut, les ranger dans un plat à gratin, au fond duquel on aura mis une couche de sauce Mornay (voir sauces), les poudrer de fromage, qui sert à mieux faire adhérer la sauce sur une surface humide, les napper de sauce, semer de la chapelure, beurrer et gratiner.

1/2 litre de sauce Mornay . 100 gr. de gruyère râpé . 50 gr. de chapelure . 50 gr. de beurre.

CÈPES A LA BORDELAISE

Temps de cuisson, 15 mn

Les cèpes, nettoyés soigneusement, se coupent en escalopes, en tenant le couteau très incliné pour les tailler en biais, ce qui donne plus de surface. Faire chauffer dans une poêle le beurre, gros comme un petit œuf et, ajouter le même volume d'huile. Jeter les cèpes dans ce mélange brûlant et les sauter à feu modéré pour leur donner le temps de cuire 6 à 8 mn. Y ajouter les échalotes hachées, sel, poivre ; donner un ou deux tours de feu, et poudrer de persil ; les prendre avec l'écumoire, les dresser dans le légumier, puis, dans le beurre qui reste, jeter les queues des cèpes que l'on a hachées assez finement avec une échalote, les faire bien frire en plein feu et quand ce hachis est un peu rissolé, le verser sur les cèpes. On procède de même avec les cèpes de conserve.

6 gros cèpes . 60 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe d'huile . 1 cuillère à café d'échalotes hachées . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 2 cuillères à café de persil haché.

Aubergines farcies ↑
Carottes à la Chantilly →

CÈPES A LA PROVENÇALE

Procéder de même, mais rien qu'à l'huile, et remplacer l'échalote par de l'ail en quantité un peu moindre. Ce légume doit se servir aussitôt cuit.

CHAMPIGNONS

Les champignons blancs dits « champignons de couche » sont généralement employés comme garniture dans des sauces ou des ragoûts ; ils sont quelquefois cuits directement dans la sauce, ou suivant le cas sont cuits à part d'avance ; on procède alors ainsi :

CUISSON DES CHAMPIGNONS BLANCS

Temps de cuisson, 3 mn

Les nettoyer en retranchant la partie terreuse de la racine, et les laver après. Si on doit les peler, c'est une fois lavés et ne jamais les laisser séjourner dans l'eau, cela les noircit. S'ils sont bien blancs, ne pas les peler et les jeter dans une cuisson composée d'un verre d'eau par livre, du beurre, du jus de citron et du sel gris. 3 mn de pleine ébullition à couvert suffisent.

500 gr. de champignons . 1 verre d'eau . 20 gr. de beurre . 1 jus de citron 1 pincée de sel gris.

CHANTERELLES OU GIROLLES

Temps de cuisson, 45 mn

Se lavent et se font sauter au beurre brûlant avec un assaisonnement à son goût. Couvrir et laisser cuire doucement. Elles servent surtout à faire des omelettes, ou à mettre autour d'une viande.

750 gr. de chanterelles (en légumes) . 150 gr. de beurre . employer 200 gr. de champignons pour une omelette.

MORILLES

Temps de cuisson, 25 mn

Cette exquise variété de champignons, bien connue à cause de sa ressemblance avec les éponges, se fait cuire avec : beurre, sel, poivre et jus de citron pendant une dizaine de minutes. Elles ont alors rendu beaucoup d'eau qu'il faut faire réduire et que l'on sert avec les morilles, ou la sauce qui les accompagne. La morille se sert souvent autour d'une viande : veau, volaille, gibier.

Si on emploie des morilles séchées, les faire tremper 3 ou 4 h à l'eau tiède citronnée. En somme, tout ce qui est champignon s'accommode suivant ces principes.

750 gr. de morilles . 150 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre.

CHOUX

Sont de plusieurs sortes, nous avons, en effet, les choux verts de différentes provenances, dont le type est le chou Milan frisé ; il y a parmi les multiples variétés, le chou quintal, le cœur-de-bœuf, le chou cabus, le chou de Hollande, le chou rouge, le chou brocolis, etc., qui tous appartiennent à la catégorie des choux verts comestibles ; il y a encore le chou de Bruxelles et le chou-fleur universellement connus et estimés. Voyons à tirer parti de chacun.

CHOUX VERTS A L'ANGLAISE

Temps de cuisson, 25 mn

Les jeunes choux de printemps sont délicieux pour cela ; il faut les éplucher, supprimer les grosses côtes et les laver, puis les faire cuire simplement à l'eau salée et pas à trop grands bouillons, car étant très tendres, ils risqueraient de tomber en bouillie. Dès qu'ils sont cuits, les égoutter à fond, puis les mettre dans la casserole avec le beurre, sel et poivre ; remuer pour faire fondre le beurre et servir tel quel.

1 kg. 500 de choux . 3 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel gris . 100 gr. de beurre . 1 pincée de poivre.

↑ Chou-fleur à la polonaise
← Choucroute

CHOU AU GRAS

Temps de cuisson, 1 h

L'hiver surtout avec les gros choux Cabus ou Milan, on fait de bons plats copieux et nutritifs, si on cuit avec ces choux un morceau de lard maigre et quelques pommes de terre. Il faut, de préférence, faire blanchir les choux d'avance en les jetant 7 à 8 mn dans de l'eau bouillante, puis les égoutter et les finir de cuire dans une petite quantité de bouillon gras, saler, poivrer, ajouter carottes, oignons et bouquet, un petit morceau de lard maigre salé au milieu ; couvrir aussi bien que possible et faire braiser longtemps au four ou sur le côté du feu.

1 kg. 500 de choux . 125 gr. de lard maigre . 500 gr. de pommes de terre 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre . 100 gr. de carottes . 50 gr. d'oignons.

CHOUX VERTS AU GRATIN

Temps de cuisson, 45 mn

Excellente manière et peu connue de servir des choux et de les faire trouver délicieux, même aux personnes qui s'en abstiennent d'habitude. Il faut les cuire entièrement à l'eau salée, puis les égoutter à fond, les presser même dans les mains, puis les hacher, comme des épinards. Les lier ensuite avec la béchamel (voir sauces) pas trop épaisse, assaisonner de sel, poivre et muscade râpée. Puis quand c'est bien bouillant et offre l'aspect d'une crème épaisse, y mélanger, hors du feu, le fromage râpé ; verser ces choux dans un plat à gratin, semer dessus la chapelure, arroser de beurre fondu et faire gratiner, à four très chaud.

1 kg. 500 de choux . 3 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel gris . 1/4 de litre de sauce béchamel . 1 pincée de poivre . muscade râpée . 60 gr. de gruyère râpé . 50 gr. de chapelure . 50 gr. de beurre.

CHOU FARCI

Temps de cuisson, 45 mn

Le chou farci peut être fait avec un chou reconstitué en entier contenant une petite couche de farce entre chaque feuille, mais c'est assez difficile et long à bien faire et c'est lourd, mastoc ; je conseille plutôt de faire des petits choux farcis, un par personne. Détacher les feuilles du tour d'un chou et les blanchir quelques instants à l'eau bouillante, mais juste assez pour les attendrir sans provoquer la cuisson, les égoutter, et les étaler sur la table l'une à côté de l'autre. Les saler et poivrer et poser au milieu un petit tas, gros comme un œuf, de farce faite en général avec un reste de bœuf ou de mouton haché, mélangé avec un peu de mie de pain trempée au bouillon et pressée, les fines herbes et oignons hachés, et un œuf pour une demi-livre de hachis. On peut aussi mélanger à son hachis de viande cuite la moitié de son poids de farce de porc ou chair à saucisses ; en ce cas-là, on peut supprimer l'œuf qui ne se met que pour donner de la cohésion à la viande cuite ; or, la farce crue ayant la même propriété, l'œuf ne devient plus nécessaire.

On enveloppe ensuite cette boulette de farce en rabattant dessus la feuille de chou et on serre bien cela dans le coin d'un torchon pour façonner ce chou en une boule bien homogène que l'on place à mesure dans une cocotte en fonte, dont le fond est garni d'un lit de lard gras, carottes et oignons en rouelles. Faire bien griller sur le feu ce fond de légumes avec le lard et ensuite mouiller les choux à mi-hauteur avec du bouillon gras et un peu de purée de tomate. Assaisonner à point, mettre au four avec un rond de papier huilé sur les choux, mais sans couvercle et laisser braiser ainsi doucement 40 à 45 mn. Dresser sur plat chaud, arroser les choux de jus de citron et de leur jus de cuisson bien dégraissé et passé.

On a un plat délicat très apprécié et peu coûteux puisqu'on utilise des restes de viandes pour l'obtenir.

Si on fait un *gros chou entier*, il faut le reconstituer feuille par feuille, puis le ficeler ensuite, pour maintenir le tout en bonne forme et le cuire comme les petits, mais pendant 2 h.

1 gros chou . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 200 gr. de farce 50 gr. de mie de pain . 2 cuillères à café de fines herbes . 150 gr. d'oignons 1 œuf . 125 gr. de lard . 50 gr. de carottes . 1 cuillère à soupe de purée de tomates . 1 jus de citron.

CHOUX DE BRUXELLES SAUTÉS

Temps de cuisson, 20 mn

Il n'y a pas d'autre manière de servir les choux de Bruxelles que de les cuire à l'eau bouillante, toujours à bouillons modérés, puis étant bien cuits, bien tendres jusqu'au cœur, les égoutter et les sauter au beurre brûlant à la poêle. Il est même bon de les sauter assez longtemps pour qu'ils se dorent un peu au fond de la poêle.

1 kg. de choux de Bruxelles . 3 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel gris . 80 gr. de beurre.

CHOU-FLEUR SAUCE BLANCHE

Temps de cuisson, 10 mn

Le chou-fleur demande à être cuit sagement, autrement on ne servirait que des tiges dépourvues de fleurs. Il faut les éplucher par petits bouquets et peler un peu la base de la queue de chaque petit bouquet, puis les laver et même les laisser tremper 15 mn dans de l'eau vinaigrée, ce qui a pour effet de faire sortir et tomber au fond de l'eau, vers ou chenilles qui peuvent s'y trouver.

Ensuite, les cuire dans de l'eau bouillante salée, mais lorsque les choux-fleurs ont bouilli 10 mn doucement, il faut les retirer entièrement du feu et les laisser ainsi couverts — dans leur eau — jusqu'à ce qu'ils soient finis de cuire, que la tige puisse être assez tendre pour être mangée. A ce moment, les enlever avec une écumoire pour les égoutter dans une passoire ; les fleurs ne sont pas tombées (ne pas verser brutalement le tout pour l'égoutter comme s'il s'agissait de haricots verts). Pour les servir, il suffit de reconstituer sur le plat le chou-fleur dans son naturel et de servir soit à part, soit sur le légume lui-même, une sauce blanche (voir chapitre des sauces) ou une hollandaise, mousseline, etc....

1 kg. de chou-fleur . 1/2 litre de sauce blanche . 3 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel gris.

CHOU-FLEUR A LA POLONAISE

Temps de cuisson, 20 mn

Le chou-fleur étant cuit, le sauter d'abord au beurre à la poêle, mais doucement pour ne pas l'écraser, puis le dresser en plat rond en le reformant au naturel, le tenir au chaud, et dans la poêle mettre un bon morceau de beurre. Le faire légèrement dorer et y ajouter la chapelure ; la faire bien frire dans ce beurre ; quand ce pain est bruni, le verser sur le chou-fleur et semer par-dessus un œuf dur haché et du persil haché. Très bon.

95 gr. de beurre . 2 cuillères à soupe de chapelure . 1 œuf dur . 2 cuillères à café de persil haché.

CHOU-FLEUR AU GRATIN

Temps de cuisson, 30 mn

Placer le chou-fleur cuit et bien égoutté dans un plat à gratin, le recouvrir très copieusement d'une sauce Mornay (voir sauces), semer de la chapelure et du fromage dessus, arroser de beurre et faire gratiner.

CHOUCROUTE

Temps de cuisson, 3 h 30 au moins

Laver à grande eau tiède et presser dans les mains la choucroute, en mettre la moitié dans une cocotte, dont le fond est garni de couennes ou débris de lard, mettre par-dessus les oignons dont un piqué de deux clous de girofle, les carottes, le bouquet garni, sel et grains de poivre. Ajouter soit du saindoux, soit de la graisse d'oie ou de porc rôti, puis mettre un morceau de lard de poitrine salé et trempé 2 h au préalable. Enfin, recouvrir le tout avec le reste de la choucroute ; mouiller à mi-hauteur avec de l'eau ou du bouillon si on en a. Ajouter le vin blanc, mais ce n'est pas obligatoire et cela fait même un peu noircir la choucroute tout en lui donnant bon goût. Couvrir hermétiquement la cocotte et quand la choucroute a pris l'ébullition, la mettre au four où elle doit mijoter pendant 3 ou 4 h en veillant à ce qu'elle ne tombe pas tout à fait à sec. Au besoin, la remouiller un peu, mais observer qu'une fois bien cuite, elle doit être presque à sec. La servir après avoir enlevé carottes, oignons et bouquet, mettre autour

une couronne de pommes de terres cuites à l'anglaise et servir avec jambon, saucisses, lard, etc.

Il faut toujours faire une assez grande quantité de choucroute parce qu'on la réussit mieux d'abord et parce qu'elle se réchauffe même plusieurs fois sans perdre de ses qualités, au contraire.

1 kg. de choucroute . 250 gr. de lard . 2 oignons . 2 clous de girofle . 2 carottes 1 bouquet garni . 1/2 cuillère à café de sel . poivre en grains . 150 gr. de saindoux 1/2 litre de vin blanc . 1/2 litre d'eau . 500 gr. de pommes de terre . 6 tranches de jambon . 250 gr. de saucisses.

ENDIVES A LA FLAMANDE

Temps de cuisson, 1 h

Il y a deux écoles pour la cuisson des endives ; l'une indique de blanchir longuement les endives à l'eau, avant de les cuire au beurre, la seconde, et c'est la mienne, indique la cuisson directe au beurre. Voici la formule : laver et bien égoutter les endives entières ; faire chauffer, mais pas trop, un bon morceau de beurre dans une cocotte ou un plat creux à four ; ranger les endives côte à côte dans ce beurre, pour qu'il n'y en ait qu'une rangée ou deux au plus l'une sur l'autre, saler, poivrer et arroser d'un jus de citron par livre d'endives, couvrir d'un papier beurré et mettre au four ; laisser cuire ainsi jusqu'à ce que les endives soient à sec et commencent à jaunir en dessous. Au début de la cuisson, elles rendent de l'eau et cuisent ainsi dans leur jus, puis quand cette eau est évaporée, elles finissent de cuire avec le beurre. Les dresser en enlevant les feuilles qui ont pu griller dessus et les arroser d'un bon jus de viande ou d'une légère sauce tomatée.

On peut aussi, comme je l'indique, les blanchir 7 à 8 mn, puis les égoutter et finir de cuire au beurre et jus de citron ; ce dernier a pour propriété d'ôter de l'amertume de ce légume qui est très sain et recommandable par sa digestibilité.

1 kg. d'endives . 60 gr. de beurre . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu . 1 jus de citron.

ÉPINARDS

Temps de cuisson, 10 mn

Ce légume cependant agréable, est très souvent défendu par le corps médical ; pour les gens bien portants, il constitue un mets léger peu nutritif et de facile digestion. Il se prépare soit en feuilles, soit en purée ; la meilleure manière à mon sens, c'est lorsqu'au printemps les épinards sont en belles et larges feuilles, de les éplucher une à une pour ôter les queues, les laver soigneusement dans beaucoup d'eau, puis les mettre à cuire à pleine eau bouillante salée. Il faut beaucoup d'eau et les faire cuire vite *sans les couvrir*, afin qu'ils restent bien verts ; 10 mn de cuisson suffisent, puis les égoutter, les rafraîchir en faisant couler l'eau froide dessus, les presser bien dans les mains et les faire sauter au beurre, bien chaud, avec un peu de sel seulement. Aussitôt bien chauffés avec ce beurre les servir sans plus attendre.

Ce sont là des épinards dits « en branches » ou « à l'anglaise ».

1 kg. 500 d'épinards . 90 gr. de beurre . 1 cuillère à soupe de sel . 5 litres d'eau.

ÉPINARDS A LA CRÈME

Temps de cuisson, 20 mn

Les épinards étant cuits, les égoutter, rafraîchir et presser dans les mains pour les sécher ; puis les hacher et les faire ensuite chauffer au beurre brûlant, les lier alors avec un quart de litre de sauce béchamel pour 1 kg. 500 d'épinards. Les assaisonner de sel et sucre, et d'une pointe de muscade râpée (très peu). Aussitôt prêts, les servir et les arroser de crème double.

Une remarque importante, c'est de ne jamais laisser mijoter sur le côté du feu des épinards quand ils sont prêts à servir, car ils jaunissent au lieu de rester bien verts et ils perdent leur goût de légumes frais.

1 kg. 500 d'épinards . 40 gr. de beurre . 1/4 de litre de sauce béchamel . 1 cuillère à café de sel . 1 morceau de sucre . très peu de muscade râpée . 80 gr. de crème.

PAINS D'ÉPINARDS MORNAY

Temps de cuisson, 30 mn

Après avoir préparé les épinards comme pour les épinards à la crème, les retirer du feu et y mélanger les œufs entiers battus en omelette, puis verser ces épinards dans un moule à timbale beurré et faire cuire au bain-marie bouillant dans le four, absolument comme une crème renversée, pendant 25 mn. Démouler ce pain sur plat rond à gratin, recouvrir ces épinards d'une sauce Mornay (voir sauces), semer dessus fromage et chapelure, arroser de beurre fondu et faire gratiner vivement pour servir.

On peut aussi les arroser seulement de crème au lieu de les gratiner.

2 œufs . 1/4 de litre de sauce Mornay . 60 gr. de gruyère râpé . 2 cuillères à soupe de chapelure . 30 gr. de beurre.

HARICOTS VERTS

Temps de cuisson, 25 mn

Cuire les haricots verts à l'eau bien bouillante salée et en assez grande quantité, à grands bouillons pour qu'ils restent verts (*sans les couvrir*), observation qui s'applique à tous les légumes verts. Aussitôt cuits, les égoutter et les sauter au beurre avec persil haché dessus et l'assaisonnement qui convient.

1 kg. de haricots verts . 3 litres d'eau . 1 cuillère à soupe de sel gris . 80 gr. de beurre . 1 cuillère à soupe de persil haché.

HARICOTS VERTS A LA PORTUGAISE

Temps de cuisson, 1 h

Faire cuire les haricots verts, en les mettant dans une casserole ou cocotte, y ajouter le lard gras non salé coupé en petits dés et les tomates pelées, vidées et hachées grossièrement. Mouiller juste à couvert avec du bouillon de pot-au-feu ou à la rigueur avec de l'eau, saler très peu, poivrer, couvrir et cuire ainsi une bonne heure, car par ce procédé, ils sont plus longs à cuire que lorsqu'ils cuisent à grande eau. De même, ils ne peuvent être verts puisqu'ils sont à l'étuvée, mais c'est un légume délicieux et sortant de la présentation ordinaire.

1 kg. de haricots verts . 150 gr. de lard gras . 250 gr. de tomates . 1 litre d'eau 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre.

HARICOTS BLANCS ET FLAGEOLETS

Temps de cuisson, 1 h 15 pour les haricots frais ; 2 h au moins pour les haricots secs.

Lorsqu'il s'agit de haricots blancs frais, il faut les mettre cuire dans l'eau bouillante salée légèrement. Si ce sont des légumes secs, au contraire, il faut après les avoir fait tremper, les cuire en les mettant à l'eau froide sans sel et ne les saler que quand ils sont presque cuits, le sel risquant de les confire en quelque sorte, et les empêchant de cuire.

Pour reconnaître en achetant des légumes secs s'ils sont de l'année, il suffit de serrer un haricot entre les dents et s'ils sont frais on se rend compte que les dents peuvent y pénétrer. Au contraire, si ce sont de vieux légumes datant de plusieurs années, on les sent secs et inattaquables avec les dents.

1 litre de haricots . 2 litres d'eau . 1/2 cuillère à soupe de sel.

HARICOTS BLANCS A LA BRETONNE

Temps de cuisson de l'assaisonnement, 15 mn

Les haricots blancs ou flageolets verts étant cuits, qu'ils soient frais ou secs, peuvent subir les mêmes apprêts : pour les servir à la bretonne, soit comme légumes, soit comme accompagnement d'un gigot, il faut faire revenir au beurre ou avec la graisse du gigot, un gros oignon haché, puis quand il est blondi, y mettre la gousse d'ail hachée. Donner encore un tour de feu, puis ajouter la purée de tomates, laisser mijoter un moment, puis ajouter les haricots égouttés, mais en y laissant un peu de leur cuisson pour former sauce avec la tomate, surtout si celle-ci est concentrée. Assaisonner de sel, poivre, persil haché et laisser bien mijoter quelques minutes avant de servir.

A la saison des tomates fraîches, on peut remplacer la purée concentrée par 250 gr., ou plus, de tomates pelées, vidées et hachées que l'on fait fondre avec les oignons quand ceux-ci sont blondis.

1 litre de haricots blancs . 50 gr. de beurre . 100 gr. d'oignons . 1 gousse d'ail 3 cuillères à soupe de tomates en purée . 1 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre moulu . 2 cuillères à café de persil haché.

HARICOTS BLANCS A LA CRÈME

Les haricots étant cuits, les égoutter, les mettre en casserole avec de la sauce béchamel assez claire, sel, poivre, muscade râpée et les laisser mijoter 10 mn avant de servir.

HARICOTS ROUGES AU VIN

Temps de cuisson, 1 h 45

Les haricots rouges se cuisent comme les blancs mais sont souvent plus longs. Pour les accommoder, voici comment il faut faire : faire blondir au beurre un gros oignon haché, puis y mélanger la farine et cuire ce mélange quelques minutes ; le mouiller ensuite avec le vin rouge, ajouter les haricots et une partie de leur cuisson pour que cela forme avec le vin une sauce crémeuse dans laquelle les haricots doivent mijoter pendant 30 mn, afin que le vin se trouve bien cuit. Les servir ainsi, c'est un régal pour beaucoup, à la condition d'avoir un bon estomac.

1 litre de haricots rouges . 80 gr. de beurre . 100 gr. d'oignons . 1 cuillère à soupe de farine . 1/2 bouteille de vin rouge.

LAITUES BRAISÉES AU JUS

Temps de cuisson, 1 h 15

Choisir des laitues pommées, les laver entières après avoir gratté la racine et ôté les mauvaises feuilles. Les blanchir un quart d'heure à l'eau bouillante, les rincer et presser dans les mains, les partager en deux et mettre à cuire longuement sur un lit de légumes en cocotte, avec sel, poivre, bouillon gras. Quand elles sont bien cuites elles doivent être à sec. Les servir avec un bon jus de veau dessus.

8 laitues . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 1 verre de bouillon.

OSEILLE

Temps de cuisson, 15 mn

Ce légume ne convient pas à tous les tempéraments, et il est interdit par presque tous les docteurs que l'on consulte pour les maux les plus divers. Cependant, je crois que l'oseille a encore des amateurs pour lesquels j'indique la manière presque inconnue des ménagères, pour en obtenir un plat délicieux. En général, il en est de l'oseille comme du riz, des personnes disent qu'elles nc l'aiment pas parce qu'elles n'en ont jamais mangé de bien faite. Il faut éplucher et laver soigneusement l'oseille, puis la mettre à fondre dans de l'eau salée, bouillante, laquelle n'a pas besoin d'être très abondante. Il s'agit seulement de la blanchir ce qui est très rapidement obtenu, ensuite on l'égoutte et on la passe. Voici la purée d'oseille obtenue ; faire alors un roux avec la bonne graisse de rôti, par exemple, le beurre n'étant pas ici nécessaire, et la farine, laisser légèrement, mais nettement, brunir ce roux et y mettre l'oseille que l'on délaye dedans, saler, poivrer, ramasser bien le mélange au fond de la casserole, pour que le tour n'en soit pas barbouillé, couvrir hermétiquement et mettre au four pendant 45 mn environ. Cela s'appelle la faire braiser.

Ensuite, préparer la sauce béchamel bien crémeuse et y mélanger l'oseille qui doit, généralement, être changée de casserole parce qu'elle a dû gratiner un peu au fond et autour. Il n'y a donc qu'à la faire passer dans la casserole à béchamel. Vérifier alors l'assaisonnement et pour la finir, il faut battre deux œufs entiers avec un peu de lait froid. Lorsqu'ils sont bien battus, les délayer dans l'oseille bouillante et remuer sur le feu pour laisser donner quelques minutes de cuisson, sans aucun risque. L'oseille ainsi traitée est un véritable régal ; à la campagne, on peut mettre moins de béchamel et mettre de la bonne crème de lait à la place.

Cette oseille peut servir de légumes ou d'accompagnement de viande ou, très souvent, elle se sert avec des œufs durs ou pochés.

**1 kg. d'oseille . 50 gr. de beurre ou de graisse . 2 cuillères à soupe de farine
1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 1/4 de litre de sauce béchamel
2 œufs . 1/2 verre de lait.**

PETITS POIS

Plaisant, en général, à tous, les pois frais surtout sont le légume de la saison estivale ; cependant, grâce aux progrès réalisés dans l'art des conserves, on en mange l'hiver qui valent des pois frais. Il n'y a guère que trois ou quatre manières de les apprêter qui puissent être enseignées dans cet ouvrage pour répondre à son but utilitaire. Les voici :

PETITS POIS AU BEURRE

Temps de cuisson, 30 mn

Cuire les pois en les jetant dans beaucoup d'eau bouillante salée et ne pas les couvrir pendant leur cuisson, dont on ne peut pas évaluer exactement la durée ; cela dépend de la grosseur et qualité, mais, en règle générale, on compte 15 à 20 mn d'ébullition. Il faut cependant les surveiller, afin que s'ils sont tendres, ils ne se vident pas, car on ne retrouverait plus que les enveloppes.

Aussitôt cuits, les égoutter et les mettre dans une casserole avec un peu de sel fin, le sucre et le beurre frais, puis bien agiter la casserole hors du feu pour lier les pois avec le beurre et servir de suite ; pour être bien, il faut qu'ils soient bien liés et cela s'obtient en secouant la casserole vigoureusement, ce qui a pour résultat d'écraser les plus tendres des pois dont l'élément farineux constitue la liaison.

2 kg de petits pois (non écossés) . 1 litre d'eau . 1/4 de cuillère à soupe de sel gris 2 morceaux de sucre . 50 gr. de beurre.

PETITS POIS A LA FRANÇAISE

Temps de cuisson, 20 à 30 mn

Mettre les pois crus, dans la casserole, puis la farine et un bon morceau de beurre. Amalgamer le tout avec une spatule de bois, ensuite ajouter les oignons nouveaux et une poignée de feuilles de laitue finement émincées, saler légèrement, ajouter le sucre, mouiller juste à hauteur avec de l'eau et cuire à bon feu.

2 kg. de petits pois (non écossés) . 1 cuillère à soupe de farine . 50 gr. de beurre 125 gr. de petits oignons . 1/2 laitue . 4 morceaux de sucre . 1/2 cuillère à café de sel.

PETITS POIS AU LARD

Temps de cuisson, 40 mn

Couper le lard de poitrine en petits lardons, et les faire revenir avec les petits oignons ; quand ils sont roussis, les poudrer de farine, laisser encore roussir, puis mouiller avec l'eau. Quand ça bout, y mettre les pois et cuire 40 mn, car, pour cette préparation, on emploie de préférence des pois moins fins que pour les faire au beurre. Assaisonner sans sucre et en tenant compte du degré de salaison du lard.

2 kg. de petits pois (non écossés) . 125 gr. de lard de poitrine . 125 gr. d'oignons 1 cuillère à soupe de farine . 3 verres d'eau.

SALSIFIS

Temps de cuisson, 45 mn

L'apprêt, l'épluchage et la cuisson de ce légume éloignent de lui beaucoup de ménagères qui manquent du temps nécessaire à ces diverses manipulations. On a l'habitude de les râcler avec un couteau, ce qui est très long et salit énormément les doigts ; je conseille de les peler avec le petit couteau spécial dit « Économe » qui sert d'ailleurs pour tous les légumes ; c'est plus facile, vite fait, et on se salit moins les mains ; à mesure qu'ils sont pelés, les mettre dans de l'eau vinaigrée pour les empêcher de rougir, conserver les fanes vertes qui sont exquises en salade.

Pour cuire ces salsifis, il faut préparer de l'eau dans laquelle on délaye à froid, avec le fouet, la farine, puis on met sel et vinaigre. On met dedans les salsifis coupés en morceaux réguliers, en fendant par le travers ceux qui sont un peu trop gros et on laisse cuire sans être couvert entièrement car l'eau farinée que l'on appelle *un blanc* se sauve comme du lait quand elle bout. On laisse donc cuire à petits bouillons 40 à 45 mn. Si on les cuit la veille, il faut les laisser dans leur cuisson, autrement ils noirciraient.

1 botte (environ 1 kg.) de salsifis . 4 litres d'eau . 2 cuillères à soupe de farine 1 cuillère à soupe de sel . 1/2 verre de vinaigre.

SALSIFIS SAUTÉS

Temps de cuisson, 15 mn

Les salsifis étant cuits, les égoutter et les sauter à la poêle avec un bon morceau de beurre bien chaud, les sauter jusqu'à ce qu'ils soient un peu jaunis, les assaisonner suivant le goût et y semer du persil haché.

90 gr. de beurre . 2 cuillères à café de persil haché . 1 kg. de salsifis.

SALSIFIS AU VELOUTÉ

Temps de cuisson, 15 mn

Les salsifis étant cuits, préparer une sauce velouté avec du bouillon ordinaire (voir sauces), mais sans la lier aux jaunes, les mettre à mijoter dedans. Assaisonner de sel, poivre et jus de citron, servir avec persil haché dessus.

1 kg. de salsifis . 1/3 de litre de sauce.

SALSIFIS FRITS

Temps de cuisson, 5 mn par fournée

Préparer une pâte à frire (voir pâtes), égoutter les salsifis cuits, les mettre dans une terrine avec sel, poivre, persil haché et un jus de citron et les laisser macérer 30 mn, les passer ensuite un par un dans la pâte à frire et les plonger à mesure dans une friture brûlante (de l'huile de préférence). Quand ils sont bien dorés et que la pâte est croquante, les égoutter sur un linge et les dresser et servir de suite.

1 botte de salsifis . pâte à frire avec 125 gr. de farine (la faire un peu épaisse).

POMMES DE TERRE

Voilà le légume populaire par excellence, celui dont on ne se lasse pas, qui se met à toutes les sauces et figure avec le même honneur sur la table du financier, comme sur celle de l'artisan ou de l'ouvrier. Aussi les cuisiniers se sont-ils ingéniés à multiplier les formules culinaires susceptibles de lui être appliquées. Ce sont quelques-unes de ces formules que voici :

POMMES DE TERRE EN PURÉE

Temps de cuisson, 30 mn

Peler, laver et couper en quatre les pommes de terre de Hollande ou de saucisse rouge, mais, en général, ne pas employer des pommes de terre qui s'écrasent à mesure qu'elles cuisent ; il les faut bien farineuses. Les cuire à l'eau salée, puis aussitôt qu'elles sont cuites, les égoutter et les passer à la passoire spéciale. Remettre la purée dans la casserole avec le beurre et la dessécher quelques minutes sur le feu, ensuite la mouiller petit à petit avec du lait *bouillant* en travaillant bien vigoureusement cette purée à la spatule et ne mettant que peu de lait à la fois. Quand elle est un peu ramollie, on continue de la bien battre avec le fouet. Elle devient alors légère, blanchâtre, mousseuse et mérite le nom de pommes de terre *Mousseline* sous lequel elle est connue.

1 kg. 200 de pommes de terre . 1 litre d'eau . 1 cuillère à café de sel . 50 gr. de beurre . 1/4 de litre de lait.

POMMES DE TERRE DUCHESSE

Temps de cuisson, 35 mn

Procéder comme pour la purée, mais lorsqu'elle est desséchée, ne pas y mettre de lait, augmenter un peu la quantité de beurre et ajouter hors du feu les jaunes d'œufs, assaisonner de sel, poivre, muscade. La purée doit alors être comme une pâte à laquelle on peut donner la forme que l'on veut à la main. On en fait des petites galettes rondes ou ovales en les poudrant de farine ; on les cuit à la poêle avec du beurre bien chaud, ou on peut aussi les cuire au four très chaud sur une tôle après les avoir dorées à l'œuf comme des gâteaux.

1 kg. de pommes de terre . 1 litre d'eau . 1 cuillère à café de sel . 60 gr. de beurre . 4 jaunes d'œufs . 2 pincées de poivre . muscade.

CROQUETTES DE POMMES DE TERRE

Temps de cuisson, 10 mn pour la friture

Faire une purée exactement comme pour les pommes de terre duchesse, mais avec moitié de beurre ; quand elle est froide ou presque la diviser en petits tas que l'on roule sur la table farinée en leur donnant la forme de gros bouchons cylindriques, les tremper dans du blanc d'œuf battu, mélangé d'un peu d'huile. Les rouler ensuite dans la chapelure pour les faire frire au dernier moment dans une friture brûlante. Si l'on n'a pas une grande poêle de friture avec beaucoup de croquettes à cuire, il est préférable de les cuire en deux fois, car elles ne sont pas saisies, elles restent molles et pompent la friture.

1 kg. 200 de pommes de terre . 30 gr. de beurre . 100 gr. de farine . 2 blancs d'œuf . 1 cuillère à soupe d'huile . 50 gr. de chapelure.

POMMES DE TERRE FONDANTES

Temps de cuisson, 20 mn

Éplucher des pommes de terre de la grosseur de petites pommes de terre nouvelles, les faire blanchir 5 mn à l'eau froide, puis les égoutter et les cuire avec suffisamment de beurre bien chaud, suivant la quantité nécessaire et les mettre au four et à couvert pendant un petit quart d'heure.

1 kg. 500 de pommes de terre . 175 gr. de beurre.

POMMES DE TERRE SAUTÉES

Temps de cuisson, 45 mn

Éplucher les pommes de terre cuites à l'eau et refroidies ; puis les couper en lames rondes de 0,5 cm. d'épaisseur. D'autre part, mettre 50 gr. de beurre frais dans la poêle qu'on place sur un feu modéré. Lorsque le beurre est fondu, y ajouter les tranches de pommes de terre qu'on fait sauter, toutes les 4 ou 5 mn, en y ajoutant chaque fois 10 gr. de beurre, de façon à employer en tout 100 gr. de beurre pour 750 gr. de pommes de terre. Lorsqu'elles sont de belle couleur dorée, il faut les assaisonner de sel fin, puis les saupoudrer d'un peu de persil haché et les servir bien chaudes.

1 kg. 200 de pommes de terre . 100 gr. de beurre . 1 cuillère à café de sel fin 2 cuillères à café de persil haché.

POMMES DE TERRE A LA LYONNAISE

Temps de cuisson, 45 mn

Procéder comme pour les pommes de terre sautées, et pendant ce temps, faire cuire doucement au beurre dans une autre poêle de gros oignons émincés très finement (mais pas hachés). Quand les oignons commencent à être bien dorés, les mêler aux pommes de terre et continuer de sauter le tout ensemble une dizaine de minutes et servir avec persil haché dessus.

1 kg. de pommes de terre . 125 gr. de beurre . 1 cuillère à café de sel fin 125 gr. d'oignons . 2 cuillères à café de persil haché.

POMMES DE TERRE A L'ANGLAISE

Ce sont des petites pommes de terre cuites dans une marmite spéciale à la vapeur, mais on peut, à défaut, les cuire simplement à l'eau salée. On en sert avec tous les poissons en Angleterre et aussi avec de nombreux plats pour lesquels elles remplacent le pain dont la consommation est très réduite en Angleterre et en Amérique.

1 kg. à 1 kg. 200 de pommes de terre.

POMMES DE TERRE A LA CRÈME

Temps de cuisson, 45 mn

Émincer finement les pommes de terre cuites en robe de chambre et pelées, les mettre dans une casserole avec beurre, sel et poivre, les baigner juste à hauteur avec du lait bouillant et les faire bien bouillir à feu vif, jusqu'à ce que le lait, ayant pénétré la pomme de terre, se trouve réduit de moitié. Lier alors la sauce formée, avec un morceau de beurre pétri de farine (très peu), redonner quelques bouillons et servir. On peut employer de la crème de lait si l'on en a à sa disposition, dans ce cas, on supprime le beurre.

1 kg. de pommes de terre . 100 gr. de beurre . 1/2 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre moulu . 1/2 litre de lait . 1/2 cuillère à soupe de farine.

↑ Pommes de terre à la normande
← Laitue mimosa

POMMES DE TERRE ANNA

Temps de cuisson, 1 h

Émincer en fines rondelles les pommes de terre crues, pelées, les saler et poivrer, faire chauffer fortement le beurre dans une poêle et y jeter les pommes de terre, les y sauter de temps en temps et lorsqu'elles commencent à cuire et colorer, les couvrir et les laisser à feu très modéré pendant 8 à 10 mn sans les remuer de façon à ce qu'elles se fondent en cuisant et que le dessous se colore un peu. Il faut alors les remuer d'un seul coup comme une crêpe et c'est là le plus difficile. Si l'on n'ose essayer cette opération, on pose un plat rond retourné sur les pommes de terre et on renverse la poêle sens dessus dessous. On l'enlève et on fait glisser alors dans la poêle pour que l'autre face des pommes de terre cuise aussi et se dore, de sorte que quand on fait glisser cette pomme de terre sur le plat, elle se présente comme un gâteau, comme une galette.

On peut encore quand elles commencent à cuire, ajouter du fromage râpé, le mélanger et laisser continuer la cuisson des deux côtés de la même façon que je viens d'expliquer.

1 kg. de pommes de terre . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 150 gr. de beurre . 60 gr. de gruyère râpé.

POMMES DE TERRE A LA NORMANDE

Temps de cuisson, 40 mn

Faire blondir au beurre en cocotte l'oignon émincé très fin et aussi le blanc d'un gros poireau, puis également le lard de poitrine coupé en très fins lardons. Lorsque le tout est très légèrement rissolé sans coloration, ajouter les pommes de terre crues taillées en fines rondelles, mouiller avec moitié bouillon (ou eau) et moitié lait bouilli ; assaisonner de sel et poivre et cuire à feu moyen sans cesser de bouillir. Le liquide se réduit et s'épaissit assez par les quelques pommes de terre qui font un peu purée dans la quantité. Servir tel quel ce plat exquis.

1 kg. de pommes de terre . 150 gr. de lard de poitrine . 1 oignon . 1 blanc de poireau . 1/4 de litre d'eau . 1/4 de litre de lait . 1/2 cuillère à café de sel 2 pincées de poivre.

POMMES DE TERRE NOUVELLES AU BEURRE

Opérer comme pour les pommes de terre fondantes, et toujours les blanchir un ou deux bouillons avant de les cuire au beurre brûlant.

POMMES DE TERRE PONT-NEUF

Temps de cuisson, 10 mn

Peler et équarrir des pommes de terre de Hollande, puis les couper en tranches épaisses de 1,5 cm. dans le sens de la longueur, couper alors ces tranches dans l'autre sens aussi en longueur pour obtenir des carrés longs ou plus exactement des parallélépipèdes. Les laver, les éponger sur un linge et les plonger dans la friture très chaude, mais non brûlante, dans laquelle on les laisse cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres sous la pression des doigts. On les égoutte alors et, au moment de servir, les rejeter quelques instants dans la friture très brûlante, pour qu'elles deviennent très croquantes. Les égoutter et les saler au sel fin.

1 kg. de pommes de terre . bain de friture d'huile ou de saindoux . 1 cuillère à café de sel fin.

POMMES DE TERRE PAILLE

Temps de cuisson, 5 à 7 mn

Tailler les pommes de terre en lames très minces d'abord, dans la longueur, puis ensuite dans l'autre sens en filets très fins, les faire frire dans la friture brûlante, et de même que ci-dessus les tremper deux fois pour qu'elles soient bien croquantes et sèches.

POMMES DE TERRE SAVOYARDES

Temps de cuisson, 45 mn

Faire blondir à la poêle avec du beurre un gros oignon émincé finement, puis y mélanger et sauter en même temps ensemble les pommes de terre, en rouelles minces. Quand elles sont ramollies à la poêle, les mettre dans un plat à gratin, en y incorporant le gruyère en petites lames, les mouiller juste à couvert avec du bouillon ; faire commencer l'ébullition sur le feu puis mettre le plat à four bien chaud pour l'y laisser cuire et gratiner. Servir dans le plat même.

750 gr. de pommes de terre . 1/2 litre de bouillon ou d'eau . 1 cuillère à café de sel . 100 gr. de beurre . 1 oignon . 100 gr. de gruyère rapé.

POMMES DE TERRE FARCIES A LA VIENNOISE

Temps de cuisson, 45 mn

Cuire dans le four six belles pommes de terre de Hollande grosses et régulières, après les avoir bien lavées. Quand elles sont bien cuites, les partager en deux proprement et retirer la pulpe avec le dos d'une cuillère sans abîmer les peaux ; passer cette pulpe au moulin-légumes, puis la relever dans une terrine, y mettre sel et poivre, un bon morceau de beurre, la crème, l'œuf entier, le fromage ou, si l'on n'en veut pas, on le remplace par des fines herbes hachées. Remplir les coquilles, constituées par les peaux vidées, avec cette purée qui doit être moelleuse, sans être liquide. Semer dessus de la chapelure, les arroser de beurre et mettre à four chaud pour les gratiner, les servir aussitôt. On les appelle aussi « Pommes de terre Coquilles ».

1 kg. de pommes de terre . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 75 gr. de beurre . 80 gr. de crème . 1 œuf . 40 gr. de gruyère . 1 cuillère à café de fines herbes . 50 gr. de chapelure.

POMMES DE TERRE AU LARD

Temps de cuisson, 40 mn

Faire rissoler en cocotte le lard maigre coupé en lardons et les oignons fendus en quatre, poudrer de farine et faire bien roussir, puis mouiller avec l'eau, ajouter un peu de purée de tomates, un peu de caramel pour brunir la sauce et laisser cuire un quart d'heure. Ensuite, ajouter des petites pommes de terre pelées ou des grosses coupées en quartiers ; ajouter encore sel, poivre, bouquet garni et laisser cuire 20 mn à bon feu. Dégraisser, ôter le bouquet et servir en légumier. C'est en somme un ragoût sans viande.

750 gr. de pommes de terre . 125 gr. de lard maigre . 100 gr. d'oignons . 40 gr. de farine . 1 litre d'eau . 1 cuillère à soupe de purée de tomates . 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 1 bouquet garni.

POMMES DE TERRE PERSILLÉES

Temps de cuisson, 45 mn

Peler les pommes de terre et leur donner la forme et la grosseur de pommes de terre nouvelles, les mettre dans un plat à rôtir à feu, les mouiller avec du bouillon, ajouter sel, poivre, persil haché, beurre et mettre au four avec un papier beurré dessus, après les avoir fait prendre le premier bouillon sur le feu. Quand elles sont cuites, elles ont absorbé environ la moitié du mouillement, les servir en légumier avec leur cuisson et semer du persil frais dessus.

750 gr. de pommes de terre . 1/2 litre d'eau ou de bouillon . 1 cuillère à café de sel 125 gr. de beurre . 2 pincées de poivre . 3 cuillères à café de persil haché.

SOUFFLÉ DE POMMES DE TERRE

Temps de cuisson, 20 mn

Lorsqu'il reste un peu de purée de la veille, on la fait chauffer et quand elle est bouillante on mélange hors du feu deux jaunes d'œufs, puis deux blancs en neige et une poignée de gruyère râpé. Cuire à four doux dans un plat à soufflé, beurré, et servir de suite.

2 œufs . 60 gr. de gruyère râpé . 25 gr. de beurre . pour une assiette à soupe de purée environ.

TOMATES SAUTÉES GRILLÉES

Temps de cuisson, 15 mn

Partager en deux des tomates bien fermes, mais mûres, les presser pour les vider, les assaisonner, et les faire bien griller à la poêle avec de l'huile brûlante ou au four dans un plat, mais en tout cas toujours à l'huile, semer du persil haché dessus.

6 tomates . 3 cuillères à soupe d'huile . 2 cuillères à soupe de persil haché 1 cuillère à café de sel fin.

TOMATES FARCIES

Temps de cuisson, 20 mn

Avec un reste de viande cuite quelconque, on fait un fin hachis ; on mélange cette viande hachée, avec la moitié de son poids, de chair à saucisses crue, on assaisonne de sel, poivre, persil haché et si c'est trop sec on assouplit avec du bouillon, garnir les demi-tomates, vidées et assaisonnées, avec ce hachis, semer de la chapelure dessus et les arroser d'huile, puis les mettre à four chaud. Les servir avec un léger coulis de tomates.

6 grosses tomates . 100 gr. de reste de viande . 100 gr. de chair à saucisses 1 cuillère à café de sel . 2 pincées de poivre . 2 cuillères à café de persil haché 2 cuillères à soupe de chapelure . 2 cuillères à soupe d'huile.

SALADES

Il s'agit simplement des salades vertes ordinaires, laitues, chicorées, endives, etc. Je donnerai donc simplement une explication d'ordre général, pour indiquer les doses d'assaisonnement, la façon d'éplucher et présenter les salades, etc.

La salade joue un rôle bienfaisant dans l'alimentation, rôle rafraîchissant et sain, en même temps qu'hygiénique et reconstituant par les vitamines qu'elle contient et qui sont nécessaires à l'organisme.

Selon la nature des salades, les feuilles, après avoir été épluchées et lavées, sont épongées, secouées dans le panier spécial, puis coupées en morceaux pas trop gros, et lorsqu'elles contiennent des côtes dures, on les enlève ; on tient la salade dans un linge pour qu'elle soit bien épongée, autrement l'eau qu'elle contient se mêle à l'assaisonnement qui en est affadi.

Un vieil adage dit que : « pour assaisonner une salade, il faut quatre personnes, un prodigue pour mettre l'huile, un avare pour le vinaigre, un sage pour le sel et le poivre et un fou pour opérer le mélange », mais je crois que ces quatre personnages peuvent être condensés en une seule et même personne qui revêtira tour à tour les qualités et les défauts requis. On fait la sauce ou assaisonnement de la salade d'abord dans le fond du saladier, on met le sel et le poivre, la moutarde, puis on verse le vinaigre dans lequel on les fait fondre en remuant, on ajoute ensuite l'huile, et on délaye bien le tout. La salade ne se met dans le saladier qu'au moment où on veut la remuer. Il y a des salades tendres qui doivent être mêlées au tout dernier moment, autrement elles seraient confites (terme consacré), tels le cresson, la mâche, la laitue ; d'autres, au contraire, gagnent à être remuées d'avance, comme l'endive, le céleri en branches, la chicorée frisée, le pissenlit, en somme les salades, non pas dures, mais croquantes. Dans certaines, on ajoute de la betterave, dans d'autres des œufs durs, dans d'autres des noix hachées. On connaît même la salade au lard fort en honneur dans nos provinces de l'Est qui se fait ainsi :

1/2 cuillère à café de sel fin . une pincée de poivre . 1 cuillère à café de moutarde 1 cuillère à soupe à peine de vinaigre . 3 cuillères à soupe d'huile.

SALADE AU LARD

Mettre dans le saladier du pissenlit et placer le saladier à l'entrée du four, car il faut chauffer la salade pour l'attendrir avec un peu de vinaigre. Pendant ce temps, couper en minces lardons le lard de poitrine fumé, les faire bien fondre à la poêle pour les griller et leur faire rendre la graisse, saler et poivrer la salade et verser les lardons dessus ainsi que la graisse rendue, qui tient lieu d'huile.

250 à 400 gr. de pissenlit . 2 cuillères à soupe de vinaigre . 125 gr. de lard de poitrine fumée . 1/2 cuillère à café de sel fin . 1/4 de cuillère à café de poivre.

LAITUE MIMOSA

Temps de préparation, 20 mn environ

Faire la vinaigrette dans le saladier, éplucher les œufs durs, fendre le blanc sans couper le jaune, retirer le jaune des deux œufs, les réserver. Émincer finement le blanc dans la sauce vinaigrette, laisser macérer 10 mn, ajouter les feuilles de laitue, mêler avec précaution. Avec une passoire ou avec le mouli-julienne, écraser les jaunes au-dessus des feuilles de salade : le jaune tombe en grains imitant le mimosa. Mêler de nouveau la salade avant de servir, pour répartir également le jaune dans le saladier.

250 gr. environ de feuilles de laitue épluchées . 2 œufs durs . Vinaigrette faite avec : 1 cuillère 1/2 à soupe de vinaigre . 3 cuillères 1/2 à soupe d'huile . 1/2 cuillère à café de sel fin . 1 pincée de poivre moulu.

TOPINAMBOURS

Temps de cuisson, 10 mn

Ce légume très peu utilisé que l'on appelle aussi : artichaut de Jérusalem, se prépare de diverses façons. Il peut se donner en salade comme hors-d'œuvre, après une demi-cuisson à l'eau ; il se coupe aussi en tranches et se fait cuire au beurre à la poêle ; il se fait frire également et c'est ainsi à mon sens qu'il est le meilleur. Les peler, les couper en lames un peu épaisses, les saler, et après 5 à 10 mn, ils ont rendu un peu d'eau ; les rouler dans la farine, puis les tremper, tranches par tranches, dans un œuf battu entier et les plonger dans l'huile brûlante ou autre friture. Les servir bien croquants.

On en fait aussi des purées ou des garnitures de viandes.

1 kg. de topinambours . 75 gr. de farine . 1 cuillère à café de sel . 1 œuf bain de friture à l'huile.

LES PATES ALIMENTAIRES

MACARONI A L'ITALIENNE
Temps de cuisson, 20 mn

Faire cuire à l'eau bouillante salée, mais presque sans ébullition, le macaroni, l'égoutter sans attendre qu'il soit trop cuit ; le tenir toujours un peu ferme. Ensuite, le lier avec de la sauce béchamel bien crémeuse et le laisser mijoter dedans quelques minutes, assaisonner ensuite assez relevé, car les pâtes sont toujours fades, et au moment de servir, ajouter le gruyère râpé ou le parmesan. Servir ainsi en légumier.

250 gr. de macaroni . 3 litres d'eau . 1/2 cuillère à soupe, au ras, de sel . 1/4 de litre de sauce béchamel . 2 pincées de poivre . 100 gr. de gruyère râpé ou 60 gr. de Parmesan.

MACARONI AU GRATIN
Temps de cuisson, 30 mn

Même préparation que pour le macaroni à l'italienne, mais le verser dans un plat à gratin, semer du fromage et de la chapelure dessus et faire gratiner à four chaud. Pour que le macaroni soit moelleux et agréable à manger, il faut le lier avec de la sauce béchamel.

MACARONI NAPOLITAIN
Temps de cuisson, 30 mn

Le macaroni étant cuit, le lier avec de la sauce tomate, y ajouter aussi des tomates fraîches pelées, vidées et coupées en quartiers, laisser bien mijoter un quart d'heure, puis ajouter du fromage râpé.

Ce macaroni peut se servir ou comme légume, ou comme garniture de viande.

250 gr. de macaroni . 1/4 de litre de sauce tomate . 2 tomates fraîches 125 gr. de gruyère râpé.

MACARONI MILANAIS POUR TIMBALE
Temps de cuisson, 30 mn

Préparer le macaroni comme il est dit pour le macaroni napolitain, mais employer de préférence du spaghetti ou des aiguillettes, c'est-à-dire du macaroni fin.

Ajouter à la préparation du macaroni napolitain, un verre à liqueur de madère, puis le jambon, la langue écarlate, et les champignons, le tout cuit et coupé en petits filets. Terminer alors avec le fromage râpé, hors du feu, ce macaroni est généralement employé pour garnir une timbale ou une viande quelconque.

A défaut de langue écarlate mettre davantage de jambon.

250 gr. de macaroni . 1 verre à liqueur de madère . 60 gr. de jambon . 60 gr. de langue . 60 gr. de champignons . 60 gr. de gruyère râpé.

MACARONI SAUTÉ AU BEURRE

Le macaroni étant cuit à l'eau, l'égoutter et le sauter au beurre frais, puis ajouter dedans une poignée de fromage rapé ; il est très apprécié servi ainsi.

250 gr. de macaroni . 75 gr. de beurre . 100 gr. de gruyère râpé.

NOUILLES

Temps de cuisson, 15 mn

Les nouilles se pochent et subissent les mêmes apprêts que le macaroni, elles sont, généralement, moins longues à cuire ; lorsque l'on sait et que l'on peut confectionner des nouilles fraîches, celles-ci sont incomparablement plus fines.

NOUILLES FRAICHES

Temps de cuisson, 10 mn

Mettre sur la planche la farine, avec, au milieu, dans un creux ménagé à cet effet, le sel fin, le beurre, les œufs entiers et un jaune d'œuf. Bien pétrir le tout à la main pour faire une pâte ferme, sans être trop sèche. Si elle est sèche et comme sableuse, ajouter soit un jaune d'œuf, soit une cuillère de lait froid. Ramasser cette pâte en boule, l'envelopper d'un torchon et la laisser au frais pendant 2 h.

Ensuite étendre cette pâte au rouleau en deux grandes abaisses extrêmement minces comme des feuilles de papier si possible. Je dis deux abaisses, parce qu'il est plus facile et moins fatigant d'en étendre deux morceaux que de vouloir amincir toute la masse d'un coup. Quand elle est à point, la fariner assez fortement et la ployer plusieurs fois sur elle-même avec un peu de farine dans chaque pli pour éviter qu'elle se colle ; puis avec un couteau moyen pas trop petit, découper cette pâte en petites bandelettes aussi fines que possible, par exemple de 2 mm. de largeur ; les secouer ensuite avec les deux mains en les soulevant pour les dérouler et faire tomber l'excédent de farine. Telles qu'elles viennent d'être expliquées, ces nouilles peuvent être faites d'avance quinze jours et même plus, mais en prenant la précaution de les étaler sur un torchon et de les faire sécher à la cuisine sur les rayons élevés, en les couvrant d'un papier pour les abriter de la poussière et les laisser ainsi jusqu'à ce qu'elles soient cassantes, presque autant que celles que l'on vend en boîtes. En les enfermant dans une boîte de fer, tenue elle-même à la cuisine, c'est-à-dire au sec, elles se conservent. Pour les cuire, il faut les jeter dans beaucoup d'eau bouillante salée et les cuire sans bouillir 8 à 10 mn, les égoutter, rincer et finir comme le macaroni.

250 gr. de farine . 1 pincée de sel fin . 30 gr. de beurre . 2 œufs entiers et 1 jaune.

RAVIOLIS AUX ÉPINARDS

Temps de cuisson, 15 mn

Faire une pâte à nouilles (voir ci-dessus), puis pendant qu'elle repose, cuire, presser et hacher les épinards, mélanger dans cette purée un jaune d'œuf dur écrasé, un jaune cru, une petite poignée de fromage râpé, sel et poivre.

Ceci est une formule de garniture que l'on peut remplacer par un hachis de viande de desserte, par une purée de cervelle cuite, ou des anchois, mais toujours avec une base d'épinards ; c'est-à-dire que l'on peut faire au maigre ou au gras ces raviolis.

Étendre la pâte à nouilles en deux grandes abaisses carrées très minces de mêmes dimensions. Mouiller une abaisse légèrement avec de l'eau, puis avec une poche et une petite douille, disposer la farce d'épinards en petits tas gros comme des noisettes pas plus, et à une petite distance les uns des autres, en observant de les aligner correctement. Quand toute la pâte est ainsi couverte, la recouvrir avec la seconde abaisse et couper ces raviolis en passant la roulette dentée entre eux. On obtient ainsi des petits carrés garnis que l'on jette dans de l'eau bouillante salée ; laisser cuire doucement, puis les égoutter, les mettre dans un plat à gratin, les baigner d'un bon jus tomaté, bien corsé en viande ; un jus de bœuf en daube ou de bœuf mode tomaté conviendrait bien ; fromager copieusement les raviolis et les faire gratiner. On peut aussi les poudrer de fromage de parmesan et les arroser de beurre presque noir, ou les servir dans une sauce tomate et aussi mijotés autour d'une viande.

250 gr. de pâte à nouilles . 500 gr. d'épinards . 2 œufs . 60 gr. de gruyère râpé 1/2 cuillère à café de sel fin . 2 pincées de poivre . 3 litres d'eau . 1/2 cuillère à soupe de sel gris.

RIZ

Cet excellent aliment vaut mieux lui aussi que la réputation qui lui est faite ; c'est un produit dont on ne saurait assez encourager la consommation et elle le serait si les ménagères savaient le faire cuire. La grande erreur, c'est de croire qu'il faut le cuire longtemps, ce qui a pour résultat de procurer cette infecte colle de pâte qui dégoûte irrémédiablement ceux qui ne l'ont vu que sous cette forme.

J'espère que ce Manuel contribuera à détruire cette prévention et à faire aimer un aliment sain, nourrissant et économique, dont plus de dix millions d'individus font la base de leur alimentation.

Voici différentes façons de le faire cuire pour l'obtenir en grains bien détachés les uns des autres.

RIZ CUIT A LA MODE ANNAMITE

Temps de cuisson, 30 mn

Laver le riz, puis le faire cuire d'abord 8 mn dans l'eau bouillante salée ; l'égoutter et faire couler l'eau froide dessus, jusqu'à ce qu'elle soit absolument limpide et claire, nullement blanche. Le laisser bien égoutter encore, puis le mettre dans la casserole avec le beurre, une pincée de sel fin et placer la casserole sur un gaz en veilleuse, sur lequel on laisse achever la cuisson pendant 25 mn, en remuant de temps à autre légèrement avec une fourchette ; il faut, ne l'oublions pas, que la casserole soit hermétiquement couverte. Ce riz délicieux est alors bien gonflé et les grains séparés, il accompagne une viande quelconque et remplace le pain chez les indigènes.

250 gr. de riz . 1 litre 1/2 d'eau . 1 cuillère à café de sel . 50 gr. de beurre.

RIZ A LA CRÉOLE

Temps de cuisson, 45 mn

Là, il faut jeter le riz dans beaucoup d'eau salée, bien bouillante et le laisser cuire assez rapidement sans le couvrir pendant 16 à 17 mn, pas plus ; puis, le verser dans un tamis et le rincer longuement à l'eau froide. Bien secouer ensuite le tamis pour que le riz soit le mieux égoutté possible, et l'étendre sur un grand plat, le poudrer de sel fin, disposer quelques noisettes de beurre de place en place et le faire sécher soit à four très doux, soit à étuve très chaude, jusqu'à ce qu'il puisse être egrainé dans les doigts sans y adhérer. Cela demande bien 25 à 30 mn suivant la chaleur qui ne doit pas être susceptible de continuer la cuisson du riz, mais seulement d'évaporer son humidité. Ce riz est excellent à manger ainsi, mais il accompagne surtout des mets, tels que homard, poulet, agneau, lapin, œufs, etc... ; en un mot, c'est le complément obligatoire de tous les plats dits « à la créole » ou « à l'indienne ».

250 gr. de riz . 3 litres d'eau . 1 cuillère à café de sel . 50 gr. de beurre.

RIZ PILAF

Temps de cuisson, 25 mn

Faire revenir avec un peu de beurre sans le colorer en sauteuse le riz lavé et épongé. Quand le riz est devenu trouble et blanc au lieu d'être transparent, le mouiller avec deux fois son volume de bouillon non coloré, ajouter un petit oignon piqué d'un clou de girofle, un peu de sel si c'est nécessaire, un peu de poivre et couvrir. Cuire doucement 17 à 18 mn ; il doit être alors sec mais assez gonflé et moelleux. Y mélanger hors du feu doucement 50 gr. de beurre.

Ce riz accompagne tous les plats dénommés Pilaf ou Pilaw, viandes, poissons, œufs, etc.

250 gr. de riz . 2 fois le volume du riz d'eau ou de bouillon . 1 oignon . 2 clous de girofle . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre . 75 gr. de beurre.

RIZOTTO

Temps de cuisson, 25 mn

Faire blondir au beurre les oignons hachés, puis y ajouter le riz et continuer comme pour le Pilaf à remuer sur le feu et mouiller avec deux fois et demi son volume de bouillon, assaisonner et tomater (facultativement). Couvrir, laisser cuire 16 à 18 mn. Les Italiens le cuisent 13 mn. A ce moment, il est sec tout en étant moelleux. On y ajoute hors du feu le gruyère ou du parmesan râpé. Se sert comme légume ou accompagnement de viande.

250 gr. de riz . 50 gr. de beurre . 75 gr. d'oignons . 2 fois 1/2 le volume du riz de bouillon ou d'eau . 100 gr. de gruyère ou 60 gr. de parmesan.

GNOCCHIS

Très appréciés, très faciles à faire, les gnocchis appartiennent au chapitre des farinages, des pâtes. Il y a deux sortes de gnocchis, ceux dits « à la Parisienne » et ceux dits à la « Romaine », absolument différents, mais bons tous deux.

GNOCCHIS A LA PARISIENNE OU AU GRATIN

Temps de cuisson, 35 mn

Il faut faire pour cela une pâte à choux (voir la recette au chapitre de la Pâtisserie, page 154), mais en supprimant le sucre et en ajoutant une pincée de poivre et un soupçon de muscade râpée. Les proportions indiquées sont suffisantes pour faire un plat copieux pour six personnes.

Quand cette pâte est finie avec les œufs comme il est dit, y ajouter 60 gr. de fromage de gruyère râpé ; puis la faire tomber par toutes petites boulettes, grosseur de mirabelles, dans une casserole d'eau bouillante salée et les laisser cuire 7 à 8 mn sans bouillir, puis les égoutter et les remettre dans la casserole ; les baigner à couvert avec une sauce béchamel (voir sauces) un peu clairette, les y laisser mijoter 10 mn doucement. Puis hors du feu y mélanger, délicatement pour ne pas écraser la pâte, le reste de gruyère râpé. Verser dans un plat à gratin assez grand, semer du fromage dessus et faire gratiner un bon quart d'heure à four bien doux ; les servir aussitôt car ils sont soufflés mais ne le resteraient pas. Le plat peut être préparé d'avance, mais ne le mettre à gratiner que juste à temps pour le servir bien soufflé.

Pâte à choux (sans sucre) . 1 pincée de poivre . muscade . 120 gr. de gruyère râpé . 1/2 litre de sauce béchamel.

GNOCCHIS A LA ROMAINE

Temps de cuisson, 20 mn

Faire bouillir le lait et faire cuire dedans la semoule en la versant en pluie et remuant à la spatule, saler et poivrer et quand la semoule est cuite 8 mn et est devenue très épaisse, y mélanger hors du feu le gruyère râpé et un peu de muscade. Étendre cette pâte en une sorte de galette de 3 cm. d'épaisseur et la laisser refroidir sur une tôle beurrée et farinée. La découper ensuite en morceaux de forme régulières, soit rondelles, losanges, croissants, etc. et les ranger dans un plat à gratin, les arroser d'un doigt de bouillon, semer dessus fromage et chapelure. Arroser copieusement de beurre fondu et faire gratiner, mais à four très chaud. Ces sortes de gnocchis (ou niokis) ne soufflant pas, doivent seulement être bien gratinés comme un macaroni.

1/2 litre de lait . 125 gr. de semoule . 1/2 cuillère à café de sel . 1 pincée de poivre . 100 gr. de gruyère râpé . 2 cuillères à soupe de chapelure . 50 gr. de beurre.

SOUFFLÉ AU FROMAGE

Temps de cuisson, 20 mn

Faire fondre le beurre, y mélanger la farine, cuire 1 ou 2 mn mouiller avec le lait, et remuer sur le feu jusqu'au premier bouillon, laisser mijoter cette sauce qui doit être très épaisse ; si elle l'était trop cependant, ajouter un peu de lait. Assaisonner de sel, poivre, muscade râpée, puis retirer du feu et y mélanger quatre jaunes d'œufs, éviter la cuisson et fouetter en neige ferme les quatre blancs ; les mélanger dans la casserole et en même temps, *pas avant*, mélanger le gruyère râpé. Faire le mélange assez vigoureusement, puis verser l'appareil dans un plat à soufflé, beurré et poudré de fromage : cuire à four très modéré 20 mn et servir aussitôt.

50 gr. de beurre . 40 gr. de farine . 1/4 de litre de lait . 1/2 cuillère à café de sel 2 pincées de poivre . 4 œufs . 100 gr. de gruyère râpé.

LES ENTREMETS

LES ENTREMETS

Pour 6 personnes

ENTREMETS FROIDS

Nous abordons ici un chapitre particulièrement sympathique de la cuisine. Si le repas a été apprécié, un bon entremets le couronnera dignement, s'il a été médiocre, faites en sorte de le relever et le faire excuser par une bonne gourmandise, une sucrerie qui plaira à tous, grands et petits. C'est d'ailleurs un champ des plus étendus, à mettre en valeur ; nous allons vous y aider par les recettes simples et exquises qui peuvent s'exécuter dans tous les ménages, avec un matériel aussi réduit que possible, mais cependant le minimum est indispensable. Voici donc quelque vingt entremets dont la connaissance suffira amplement à la ménagère en tous lieux d'autant plus qu'elle pourra avec ces données et un peu de goût varier elle-même et compléter ce chapitre.

CRÈME RENVERSÉE AU CARAMEL

Temps de cuisson, 25 à 30 mn

La crème renversée peut se faire à la vanille, au café ou au chocolat, à l'orange, etc. en variant le parfum. Le principe reste le même ; cependant disons tout de suite que pour la crème renversée au chocolat, il faut un œuf de plus à cause du corps gras que contient le chocolat et qui rend la crème plus fragile.

Pour six personnes, faire bouillir le lait avec un peu de vanille ; battre au fouet pendant une bonne minute les œufs entiers avec le sucre semoule, verser le lait bouillant sur ces œufs, en continuant de délayer au fouet, puis laisser reposer dans la terrine pour que la mousse provoquée par les œufs battus vienne surnager dessus et puisse être écumée.

Pendant ce temps, faire caraméliser dans une casserole de cuivre brut 75 g de sucre semoule à sec en le remuant à la spatule à mesure qu'il fond. Quand il est tout fondu, il est blond, mais il faut le laisser continuer de colorer pour qu'il devienne brun, sans pour cela être trop noir. Dès qu'il a atteint cette belle couleur de caramel acajou, le verser dans le moule à charlotte ou à timbale, que l'on tient avec un torchon, car le moule prend de suite la chaleur, et le pencher en tous sens pour répartir une mince couche de ce caramel au fond et autour de ce moule. Écumer alors la crème et la passer à la passoire fine dans le moule caramélisé ; mettre celui-ci au bain-marie sans que l'eau soit tout à fait bouillante, et mettre le tout au four pour que le dessus cuise en même temps que le fond, mais bien veiller à ne maintenir à l'eau du bain-marie qu'un imperceptible frémissement pendant 25 à 30 mn.

On reconnaît que la crème est cuite en enfonçant au centre un petit couteau ; la lame doit en ressortir sèche. Laisser refroidir et bien glacer avant de démouler sur compotier.

1/2 litre de lait . 3 œufs . 80 gr. de sucre en poudre . 50 gr. de sucre pour caramel . 1/3 de gousse de vanille.

CRÈME ANGLAISE
Temps de cuisson, 10 mn

Sous ce nom, on désigne cette crème liquide, assez liée cependant pour être crémeuse que l'on sert soit chaude, soit froide pour accompagner les entremets. Elle se fait en travaillant ensemble dans une casserole les jaunes d'œufs, le sucre semoule, la vanille. Quand le mélange est un peu blanchi, délayer dedans le lait bouillant, ou froid, peu importe. Mettre au feu et remuer doucement et continuellement avec une spatule jusqu'à ce que cette crème soit sur le point de bouillir, mais il ne faut pas qu'elle bouille tout à fait ; la sortir du feu et la passer à la passoire fine ou au chinois. La servir chaude ou froide selon le cas et si l'on veut que cette crème soit plus épaisse, on peut y ajouter, avant de mélanger le lait, une demi-cuillère à café de fécule de pommes de terre. Cela permet aussi de diminuer le nombre des jaunes d'œufs, d'où économie.

Cette crème peut se faire au café, au chocolat, au rhum, à l'orange, etc.

75 gr. de sucre semoule . 4 œufs . 1/2 litre de lait . 1/3 de gousse de vanille.

CRÈME CHANTILLY

Il faut faire de la crème fouettée que l'on peut acheter toute faite mais que nous conseillons de faire chez soi. Il suffit de mélanger la crème double avec le lait frais (non bouilli), mettre le tout un quart d'heure sur la glace, puis fouetter avec un fouet assez souple, assez grand, pour alléger cette crème à mesure qu'elle monte à la façon des blancs d'œufs. Quand elle est suffisamment compacte pour tenir dans les branches du fouet soulevé, elle est à point ; la battre davantage risquerait de la changer en beurre. L'égoutter dans une passoire fine ou un tamis de crins et au moment de s'en servir, on mélange le sucre en poudre copieusement vanillé.

Cette crème accompagne, garnit ou décore beaucoup d'entremets, des gâteaux, des meringues, etc. Il faut qu'elle soit bien glacée pour se fouetter comme il faut et la tenir au frais jusqu'à l'emploi ; ne la sucrer qu'au dernier moment.

250 gr. de crème . 1 verre de lait . 100 gr. de sucre semoule . 1/2 cuillère à café de vanille en poudre (facultatif).

CRÈME PATISSIÈRE
Temps de cuisson, 10 mn

Délayer au fouet les jaunes d'œufs et le sucre vanillé, puis quand c'est bien blanchi, ajouter la farine et ensuite le lait bouillant. Cuire alors sur le feu en remuant toujours au fouet et donner quelques bouillons à cette crème qui peut bouillir impunément parce qu'elle contient de la farine et qui doit bouillir, pour épaissir.

Cette crème sert soit comme entremets avec un entourage de biscuits à la cuillère, soit surtout pour garnir certains gâteaux que nous rencontrerons plus loin au chapitre Pâtisserie.

3 jaunes d'œufs . 1/3 de litre de lait . 125 gr. de sucre . 50 gr. de farine.

ŒUFS A LA NEIGE
Temps de cuisson, 10 mn

Battre en neige bien ferme les blancs d'œufs et y mélanger le sucre en poudre vanillé. Faire bouillir de l'eau dans une casserole assez large et peu profonde, puis dans cette eau frémissante, faire tomber ces blancs par cuillerées à soupe. Ne pas laisser bouillir et retourner ces œufs en neige avec l'écumoire au bout de 3 mn, quand ils sont fermes au toucher, légèrement élastiques, les égoutter sur un linge et lorsqu'ils sont froids, les poser surnageant sur une crème anglaise dans un compotier ou un plat creux.

Nota. — De préférence, faites cuire vos œufs en neige dans de l'eau et non dans du lait bouillant ; il seront plus beaux. Si on les cuit dans du lait, ce lait sert ensuite pour faire la crème d'accompagnement.

Pour les blancs : 3 blancs d'œufs . 80 gr. de sucre . Pour la crème : 1/2 litre de lait . 80 gr. de sucre . 1/4 de gousse de vanille.

MONT-BLANC AUX MARRONS

Temps de cuisson, 40 mn

Peler et cuire à l'eau les marrons, les égoutter aussitôt cuits et vivement enlever la deuxième peau et les passer au mouli-légumes pour les réduire en une fine purée que l'on met dans une terrine. Faire cuire alors le sucre en morceaux avec l'eau et la vanille. Quand le sirop formé est bien épais, et poisse d'un doigt à l'autre quand on en prend un soupçon, il faut le mélanger à cette purée de marrons et bien délayer le tout à la spatule pour le refroidir ; ajouter le beurre. Passer cette purée de marrons bien refroidie dans le mouli-légumes de manière à ce qu'elle tombe en gros vermicelle sur un plat rond froid que l'on a placé sous la passoire. Ensuite, avec une fourchette, débarrasser le milieu du plat en rejetant le marron tout autour pour en former une couronne comme un nid, au milieu duquel on dresse en pyramide de la crème Chantilly.

500 gr. de marrons . 150 gr. de sucre en morceaux . 1/2 verre d'eau . 1 gousse de vanille . 50 gr. de beurre . crème Chantilly faite avec 125 gr. de crème (voir recette page 138).

ILE FLOTTANTE

Temps de cuisson, 35 mn

Battre en neige les blancs d'œufs, puis y mélanger 100 gr. de sucre vanillé et les pralines grossièrement écrasées. Faire ensuite cuire dans le poêlon de cuivre 60 gr. de sucre en caramel, mais au lieu de caraméliser le moule avec ce sucre brut, comme on fait pour les crèmes au caramel, il faut, pour que l'île flottante se démoule bien, faire dissoudre ce caramel avec un peu d'eau, de façon à obtenir un sirop très épais que l'on verse dans un moule à timbale en le barbouillant tout autour ; mais c'est surtout quand on verse les blancs battus dedans que leur poids fait monter le sirop qui sans s'y mélanger enveloppe les blancs.

Faire ensuite pocher cet entremets au bain-marie dans un four très modéré et en évitant l'ébullition de l'eau. Puis sortir du feu et du bain-marie et laisser refroidir, avant de démouler cette île flottante sur une crème anglaise sur laquelle cet entremets surnage et flotte. Les blancs ne doivent pas être trop fermes.

3 blancs d'œufs . 160 gr. de sucre semoule . 8 pralines . Sur crème anglaise faite avec 1/3 de litre de lait et 3 jaunes d'œufs (voir recette page 138).

FLAMERI DE SEMOULE

Temps de cuisson, 10 mn

Faire cuire la semoule dans le lait, puis quand la semoule est bien cuite, la sucrer et verser dedans hors du feu, trois feuilles de gélatine dissoute dans un peu d'eau chaude, puis aussitôt mélanger dans cette crème bouillante les blancs d'œufs en neige. Verser cet appareil dans un moule à pudding que l'on a mouillé intérieurement en le passant dans l'eau, ce qui permettra de le démouler sans le plonger dans l'eau chaude. Faire prendre au frais ou à la glacière, puis démouler sur un plat rond, froid, le décorer de quelques cerises et fruits confits et verser autour, sans le salir, une gelée de groseilles délayée avec un verre à liqueur de kirsch. Cet entremets qui est fort bien présenté est très bon et d'un prix des plus minimes.

125 gr. de semoule . 1/2 litre de lait . 200 gr. de sucre semoule . 3 feuilles de gélatine . 3 œufs . 50 gr. de fruits confits . gelée de groseille . kirsch.

RIZ AU LAIT

Temps de cuisson, 30 mn

Faire blanchir à l'eau pendant 2 mn le riz, puis l'égoutter, le rincer et le remettre à finir de cuire avec le lait et une branche de vanille. Au bout de 25 mn, le riz est bien cuit, le sucrer alors et laisser encore mijoter 6 mn et faire refroidir ce riz qui peut servir pour différents entremets, même chauds.

175 gr. de riz . 3/4 de litre de lait . 1 gousse de vanille . 125 gr. de sucre.

TURBAN D'AGEN

Faire cuire du riz au lait comme indiqué ci-dessus, et quand il est froid y mélanger la crème fouettée, puis le dresser en forme de turban ou couronne soit, en le moulant dans un moule à savarin, soit en le disposant à la cuillère. Au centre de cette couronne, verser une compote de pruneaux (voir page 170) bien froide et suffisamment saucée.

80 gr. de crème fouettée . compote de pruneaux avec 250 gr. de pruneaux.

BAVAROIS CAFÉ

Faire une crème anglaise (voir p. 138) avec la moitié des proportions indiquées et en y ajoutant quelques gouttes d'essence de café. Aussitôt que la crème est liée la retirer du feu et faire dissoudre dedans les feuilles de gélatine, soit 6 gr., préalablement trempées à l'eau froide. Quand elles sont fondues, on passe cette crème à la passoire fine et quand elle est froide, mais avant qu'elle soit prise tout à fait, on y mélange la crème fouettée. Verser de suite dans un moule mouillé et laisser prendre sur glace, ou au moins, au frais. Démouler et servir tel. Cet entremets peut se faire à tout parfum : chocolat, vanille, praline, pistache, etc. On le fait aussi aux fruits dont voici un exemple.

1/4 de litre de crème anglaise . 1 cuillère à café d'essence de café . 3 feuilles de gélatine . 200 gr. de crème fouettée.

BAVAROIS AUX FRAISES

Éplucher et laver les fraises et les passer au tamis *de crin*, car celui de fer oxyderait les fraises et on obtiendrait un jus violacé d'un très mauvais aspect. Relever la purée dans une terrine, y ajouter le sucre glacé, de préférence à tout autre, puis un demi-jus de citron et la gélatine fondue au bain-marie avec une demi-tasse d'eau. Colorer en rouge vif avec un peu de carmin, puis quand ce sirop de fraise commence à vouloir se coaguler, y mélanger la crème fouettée ; verser en moule mouillé et tenir sur glace. Peut se faire de même avec tout fruit.

250 gr. de fraises . 125 gr. de sucre glacé . 1/2 jus de citron . 6 gr. de gélatine 200 gr. de crème fouettée.

PROFITEROLLES AU CHOCOLAT

Temps de cuisson, 15 mn

Faire deux œufs de pâte à choux (voir ce mot au chapitre de la Pâtisserie, page 154) et avec une poche et une petite douille à langues de chat, on couche sur la tôle bien propre des tout petits choux gros comme des mirabelles ; les dorer à l'œuf battu et cuire à four assez chaud une quinzaine de minutes. Quant ils sont refroidis, faire sur le côté un petit trou avec la poche et une douille très fine les remplir avec : soit de la crème à la Chantilly, bien ferme, soit de la crème pâtissière à la vanille, les dresser à mesure dans un plat un peu creux en les mettant les uns sur les autres, en buisson et les arroser d'une sauce au chocolat qui se verse chaude, mais l'entremets se mange froid.

Pâte à choux (2 œufs) . 1 œuf . 100 gr. de crème Chantilly . 1/4 de litre de crème pâtissière.

SAUCE AU CHOCOLAT SPÉCIALE POUR LES PROFITEROLLES

Temps de cuisson, 10 mn

Faire cuire dans un bon verre d'eau le chocolat en tablettes, avec le sucre. Quand c'est très cuit, bien lisse, délayer la fécule de pomme de terre avec l'eau froide et verser peu à peu dans le chocolat pour l'épaissir comme une sauce ; ne mettre cette fécule que peu à peu, pour n'en pas mettre trop.

1 verre d'eau . 150 gr. de chocolat . 50 gr. de sucre . 1 cuillère à soupe de fécule de pommes de terre . 1/2 verre d'eau.

RIZ A L'IMPÉRATRICE

Faire cuire du riz au lait comme il est dit (voir riz au lait), le laisser refroidir, puis avec les jaunes d'œufs, faire une crème anglaise (voir recette), mais en proportion moitié moindre. Quand elle est liée sur le feu, la retirer et y faire dissoudre la gélatine trempée d'abord à l'eau froide. Passer cette crème à la passoire fine et la mélanger au riz pour refroidir le tout ensemble. Quand elle commence à prendre légèrement, mélanger dedans les fruits confits coupés en dés et macérés 1 h au kirsch, puis aussi la

Salade au lard →

crème fouettée légèrement sucrée et vanillée. Le tout intimement mêlé, mettre dans un moule à pudding ou à charlotte, mouillé intérieurement, et au frais, à la glace s'il fait chaud. Démouler quand c'est pris sur un plat bien froid et l'entourer d'une sauce faite de gelée de groseilles délayée avec du kirsch et bien glacée. C'est un entremets exquis.

175 gr. de riz . 3 œufs . 3 feuilles de gélatine . 125 gr. de fruits confits 1/2 verre de kirsch . 150 gr. de crème fouettée . 60 gr. de sucre . gelée de groseilles.

CHARLOTTE RUSSE

Acheter ou faire soi-même les biscuits à la cuillère et s'en servir pour garnir le fond et le tour d'un moule à charlotte en parant un peu ces biscuits pour qu'ils soient bien serrés les uns contre les autres. Verser dedans un bavarois soit à la vanille ou au café, comme il est expliqué plus haut, ou même aux fruits. L'essentiel est que les biscuits tapissent bien le moule et que cette crème de bavarois soit versée au moment précis où elle se coagule. Tenir au frais, puis au moment de servir bien égaliser le haut des biscuits juste à la hauteur où vient la crème et retourner le moule sur un plat. Il doit se détacher sans effort à condition que la crème du bavarois n'ait pu passer entre les biscuits.

125 gr. de biscuits à la cuiller . bavarois avec 1/4 de litre de crème anglaise (voir page 138.

GLACE

Il ne faut pas croire que la glace soit un entremets uniquement accessible aux favorisés de la fortune ; c'est un des plus simples à faire et qui plaît d'une façon générale. D'ailleurs, cet ouvrage ne serait pas complet si je ne mentionnais pas la glace au chapitre des entremets ; il y a deux sortes de glaces : celles dites à la crème dont la glace à la vanille peut passer pour le prototype, et celles aux fruits comme la glace aux fraises, aux framboises, aux poires, etc.

GLACE A LA VANILLE

Délayer assez longuement les jaunes d'œufs avec le sucre semoule. Quand ce mélange est bien blanchi, verser dessus le lait bouillant dans lequel on a infusé une branche de vanille puis lier cette crème sur le feu jusqu'au point précis de l'ébullition, mais sans la laisser se produire, suivant ce qui a été expliqué pour la crème anglaise. Cette crème pour les glaces n'est d'ailleurs autre chose qu'une crème anglaise, mais avec des proportions observées, car une crème trop sucrée ne prendrait pas, ou du moins, serait d'autant plus molle qu'elle serait trop sucrée, et si, au contraire, elle n'est pas assez sucrée, la glace qui en découle est sèche, dure, et nullement moelleuse, c'est là la raison qui fait qu'il faut se conformer très exactement aux proportions maxima de 300 gr. de sucre pour un litre de lait. Quant au nombre de jaunes d'œufs, il peut être augmenté pour que la glace soit plus fine et plus moelleuse. On peut mettre de dix à quinze jaunes par litre, 1 litre de glace convient pour que huit personnes soient bien servies.

9 jaunes d'œufs . 200 gr. de sucre semoule . 1 litre de lait . 1 gousse de vanille.

MANIÈRE DE FAIRE LA GLACE

Lorsque la crème est liée, la passer au chinois ou passoire fine, la laisser refroidir, puis la mettre dans la sorbetière et l'entourer de glace pilée finement et mélangée de gros sel gris dans les proportions d'une bonne livre et demie de sel pour 10 kg. de glace. Il faut bien tasser la glace et le sel autour de la sorbetière, puis, tourner celle-ci jusqu'à ce que l'on sente que cela devient plus difficile, c'est-à-dire que la crème étant congelée se prend dans les batteurs et enraye un peu leur rotation.

— Ile flottante
← — Flameri de semoule

La glace est faite ; si on veut la mettre dans un moule, il faut un moule à glace dont la contenance doit cadrer exactement avec la quantité de glace à mettre dedans, car il doit être absolument rempli, sans vide ; le fermer hermétiquement, mettre un bourrelet de beurre ou de saindoux à la jointure du couvercle pour empêcher l'eau salée de pénétrer, puis enterrer le moule pendant 1 h ou plus, si l'on veut, dans la glace pilée et salée qui doit être assez abondante pour que le moule soit bien enterré. Observation très importante : il faut que le moule soit toujours recouvert par la glace fondue, car il n'y a qu'à ce moment que la glace se durcit dans le moule ; si, par exemple, le seau dans lequel on enterre son moule fuyait et que la glace fondue s'écoule à mesure, il serait impossible de congeler la crème, car l'air passe entre les morceaux de glace, et ne passe pas au travers de l'eau réfrigérée par le sel. Il faut, néanmoins, qu'il y ait toujours plus de glace que de fonte ; si l'eau dominait à un moment donné, il n'y aurait qu'à en égoutter un peu.

Je me suis étendu sur cette explication car elle a une grande importance et elle vaut pour toutes les glaces.

Si on veut une *glace au café*, on mélange un décilitre de très fort café et on supprime un décilitre de lait.

Si on la fait *au chocolat*, il faut quatre tablettes de chocolat que l'on cuit dans le lait, mais on supprime 50 gr. de sucre pour tenir compte de celui qui est contenu dans le chocolat.

Pour 3 kg. de glace : 1 kg. de sel gris.

GLACE AUX FRAISES

De même que la glace à la vanille est le type de toutes les glaces au lait et aux œufs, la glace à la fraise est le type de toutes les glaces aux fruits. Il n'y a aucun rapport entre les deux procédés ; il faut faire d'abord un sirop en mettant le sucre en morceaux et l'eau à bouillir, puis ensuite à refroidir. Quand ce sirop est froid, éplucher et laver les fraises bien parfumées, puis les passer au tamis de *crin*, mettre cette purée dans le sirop avec un demi-jus de citron, qui a pour objet de faire ressortir le parfum du fruit, ajouter un peu de carmin pour aviver la couleur rouge et peser l'appareil avec un pèse-sirop, instrument très bon marché et indispensable pour les glaces aux fruits, lesquelles, de même qu'il est expliqué pour les glaces à la crème, doivent être sucrées à un juste degré. Ce degré, car c'est bien le nom classique, est 18 à 19. Or, pour se servir du pèse-sirop, il faut remplir le tube en métal qui lui sert d'étui avec le sirop aux fraises, puis laisser plonger le pèse-sirop dedans et cet instrument étant gradué comme un thermomètre, il est aussi facile de constater la densité du sirop que de prendre la température d'un bain ; le thermomètre doit s'arrêter lorsque le sirop vient affleurer la division 18 ou 19, mais ni plus ni moins. Or, si ce sirop pèse plus, soit 22° par exemple, c'est qu'il est trop sucré ; il suffit alors d'ajouter de l'eau froide et de peser de nouveau. Si, au contraire, il marque moins de 18, il faut ajouter du sucre, mais du sucre en poudre qui fondra plus aisément. Voici donc, sinon du premier coup, mais par tâtonnements, notre sirop à la densité voulue, il n'y a qu'à le glacer comme nous avons dit pour la glace à la vanille.

Les glaces aux fruits sont peut-être un peu plus longues à prendre que celles aux œufs et, une fois démoulées, elles fondent plus vite. Dans toutes les glaces aux fruits, ne pas oublier un peu de jus de citron même dans les glaces à l'orange.

200 gr. de sucre en morceaux . 1/4 de litre d'eau . 375 gr. de fraises . 1/2 jus de citron.

MOUSSE GLACÉE AUX FRAISES

Passer au tamis de crin les fraises bien parfumées, puis faire fondre dans cette purée le sucre glacé, une cuillère de jus de citron et quand le sucre est fondu, mélanger la crème fouettée. Remplir un moule à glace, le fermer hermétiquement avec du beurre autour du couvercle et l'enterrer deux heures dans la glace pilée et très salée. Servir comme une glace.

250 gr. de fraises . 125 gr. de sucre glacé . 1 cuillère à soupe de jus de citron. 250 gr. de crème fouettée.

ENTREMETS CHAUDS

Pour 6 personnes

GATEAU DE RIZ AU CARAMEL

Temps de cuisson, 1 h

Faire blanchir pendant 2 ou 3 mn le riz à l'eau, puis l'égoutter, le rincer et le finir de cuire avec le lait et une gousse de vanille. Après 30 mn de cuisson, il doit être bien cuit, mais à sec ; on délaye alors dans une terrine les œufs entiers et le sucre et on y verse le riz cuit que l'on mélange peu à peu pour ne pas cuire brutalement les œufs. Verser alors ce riz dans un moule à timbale caramélisé et le cuire au bain-marie bouillant au four pendant 35 à 40 mn. Le laisser s'attiédir dans le moule car c'est pendant ce temps et non pendant la cuisson, que le caramel se dissout. D'ailleurs ce gâteau de riz ne se mange jamais bouillant, mais tiède ou froid.

300 gr. de riz . 3/4 de litre de lait . 1 gousse de vanille . 3 œufs . 150 gr. de sucre . 80 gr. de sucre pour le caramel.

GATEAU DE SEMOULE AU CARAMEL

Temps de cuisson, 40 mn

Procéder comme pour le gâteau de riz en faisant tomber d'abord la semoule en pluie dans le lait bouillant et quand la semoule est cuite, mettre les jaunes et le sucre de la manière expliquée pour le riz. Terminer la cuisson de même et servir tiède ou froid. Cet entremets a sur celui au riz le seul avantage d'être plus vite fait, puisqu'il faut à peine 10 mn pour cuire la semoule au lieu de trente pour cuire le riz. Ils sont aussi bons l'un que l'autre.

150 gr. de semoule . 3/4 de litre de lait . 3 œufs . 150 gr. de sucre . 80 gr. pour le caramel.

GATEAU DE MARRONS

Temps de cuisson pour les marrons, 30 mn

Peler et cuire les marrons à l'eau avec un peu de vanille ; les égoutter et les passer au tamis très fin puis relever cette purée dans une terrine et mélanger dedans à la spatule, pendant qu'elle est toute chaude, le beurre fin, le chocolat râpé et le sucre en poudre. Quand le tout est bien mélangé, cela offre l'aspect d'une crème épaisse. La mettre dans un moule à plum-cake beurré. Bien la tasser en frappant le moule sur un torchon, puis le mettre au frais, soit à la cave, soit à la glacière jusqu'au lendemain. Quand c'est bien ferme, le démouler et couper en tranches. Pas de cuisson au four comme on peut le constater et c'est exquis.

500 gr. de marrons . vanille . 100 gr. de beurre . 100 gr. de chocolat râpé 100 gr. de sucre en poudre.

SOUFFLÉ AUX MARRONS

Temps de cuisson, 1 h

Cuire au lait vanillé les marrons, les égoutter et passer au tamis, ajouter à cette purée le sucre glacé (à défaut employer du sucre en poudre) et faire bien réduire le tout, puis retirer du feu et ajouter quatre jaunes d'œufs et ensuite trois blancs en neige. Verser dans le plat à soufflé beurré et sucré et cuire à four très doux. Poudrer de sucre avant de servir.

On peut ajouter à cette purée de marrons une tablette de chocolat râpé ; cela fait ressortir le goût du marron, ou un petit verre de rhum, mais alors sans chocolat.

500 gr. de marrons . 1/4 de litre de lait . 100 gr. de sucre glacé . 4 œufs.

SOUFFLÉ DE SEMOULE

Temps de cuisson, 25 mn

Faire cuire la semoule dans le lait, ajouter le sucre vanillé, le beurre et, hors du feu, les jaunes d'œufs, mélanger ensuite les blancs en neige bien ferme et les raisins de Corinthe macérés au rhum. Cuire dans un plat à soufflé à four modéré et servir de suite.

100 gr. de semoule . 1/2 litre de lait . 150 gr. de sucre . 80 gr. de beurre 4 œufs . 50 gr. de raisins de Corinthe.

SOUFFLÉ AUX POMMES

Temps de cuisson, 20 mn

Passer les pommes cuites au tamis et mettre le sucre. Réduire fortement le tout avec la marmelade d'abricots, puis ajouter les jaunes et les blancs en neige. Ne mettre à cuire qu'au tout dernier moment.

1 kg. de pommes . 200 gr. de sucre . 4 cuillères à soupe de marmelade d'abricots 3 œufs.

PUDDING BISCUITS DIT DE CABINET

Temps de cuisson, 25 mn

Cet entremets très vieux, très classique, est parmi les meilleurs entremets chauds ; il faut quelques biscuits à la cuillère que l'on peut faire en se conformant à la recette de Savoie donnée au chapitre Pâtisserie, ou l'on peut simplement en acheter 100 gr. chez le premier boulanger venu ; ils sont partout faits de la même façon. Voici maintenant la recette.

Beurrer et sucrer l'intérieur d'un moule à pudding, à douille centrale, le garnir jusqu'en haut par couches alternées de biscuits-cuillère cassés en morceaux et de fruits confits coupés et macérés au rhum avec un mélange de quelques raisins de Corinthe. Commencer par les biscuits au fond du moule, puis battre dans une terrine les œufs entiers avec le sucre en poudre et quand c'est bien liquéfié, y verser dessus le lait bouillant. Avec cette crème, remplir peu à peu le moule en arrosant les biscuits de quelques cuillères de crème, puis les laisser bien s'imbiber et remettre encore un peu de crème ; ceci parce que si l'on versait toute la crème à la fois, les biscuits n'ayant pas le temps d'être imbibés, resteraient légers et flotteraient sur la crème qui serait tout au fond, tandis qu'au démoulage, ce pudding doit se présenter en un bloc uniforme. Quand le moule est plein, le cuire au four au bain-marie bouillant pendant 25 mn, puis le laisser reposer 10 mn hors du four, mais dans l'eau avant de le démouler sur un plat rond et l'arroser soit d'une crème anglaise chaude, soit d'une sauce faite de marmelade d'abricots chauffée avec un peu d'eau et de rhum. Servir toujours chaud.

150 gr. de biscuits à la cuillère . 125 gr. de fruits confits . 1 verre de rhum 125 gr. de raisins de Corinthe . 3 œufs . 100 gr. de sucre en poudre . 1/4 de litre de lait . 1/2 litre de crème anglaise ou 150 gr. de confiture d'abricots délayée avec 20 gr. d'eau et 20 gr. de rhum.

PUDDING AU TAPIOCA

Temps de cuisson, 35 mn

Faire bouillir le lait avec un peu de vanille dedans ou de zeste de citron, orange, etc. Verser dedans en pluie, en remuant, le tapioca et laisser bien cuire 10 bonnes minutes. Pendant ce temps, battre ensemble les œufs entiers et le sucre en poudre. Verser le tapioca cuit en délayant et pas tout à la fois pour ne pas cuire les œufs. On peut, si on le désire, ajouter selon la mode anglaise une poignée de raisins de Corinthe, puis verser cette crème dans une cocotte en porcelaine comme celles qui servent à faire les soufflés, et cuire ce pudding au four au bain-marie bouillant pendant 25 mn. Le servir tel quel, poudré de sucre dans la cocotte même.

1/2 litre de lait . 1/3 de gousse de vanille . 125 gr. de tapioca . 2 œufs . 125 gr. de sucre en poudre . 60 gr. de raisins de Corinthe.

PUDDING DE SEMOULE

Procéder exactement comme pour le pudding de tapioca, sans rien y changer.

TÔT-FAIT AU TAPIOCA

Temps de cuisson, 25 mn

Faire bouillir le lait avec de la vanille et le sucre, y verser en pluie, tout en remuant, le tapioca. Quand celui-ci est bien cuit (10 mn), le verser sur les œufs entiers, ajouter le beurre fondu, verser dans un plat creux, allant au feu et mettre à cuire à four moyen 10 à 15 mn. On peut faire de même avec la semoule.

On fait aussi le tôt-fait comme un genre de soufflé sans lait ; dans ce cas, il vaut mieux faire carrément un soufflé. Ce n'est pas plus long.

1/2 litre de lait . 100 gr. de sucre en poudre . 80 gr. de tapioca . 2 œufs 50 gr. de beurre.

PUDDING AU PAIN

Temps de cuisson, 35 mn

Avec un morceau de pain fantaisie qui reste de la veille, on fait un entremets excellent. Couper le pain en tranches assez minces et les beurrer légèrement, puis les mettre dans la cocotte à soufflé avec quelques raisins de Malaga (secs) *épépinés* entre les tranches ou des raisins de Smyrne sans pépins. Ne pas en mettre trop étant donné que le pain gonfle beaucoup.

Faire alors bouillir le lait et le verser sur les œufs battus avec le sucre, puis remplir petit à petit le récipient, comme il est dit, pour le pudding-biscuits pour le même motif et faire cuire au bain-marie au four comme celui au tapioca. Le servir également dans la cocotte simplement poudré de sucre glacé.

500 gr. de pain . 60 gr. de beurre . 100 gr. de raisins de Malaga . 1/2 litre de lait . 3 œufs . 150 gr. de sucre.

SOUFFLÉ A LA VANILLE

Temps de cuisson, 20 à 25 mn

Faire fondre le beurre en casserole assez grande, aussitôt y mélanger la farine et mouiller de suite avec le lait bouillant vanillé ; ajouter le sucre en poudre et donner un seul bouillon à cette sorte de crème en la remuant avec le fouet ; dès le premier bouillon, la retirer du feu et y mettre les jaunes d'œufs. Puis fouetter en neige bien ferme les blancs et les mélanger aussi, mais pas tout à fait tout, car il faut toujours un peu plus de jaunes que de blancs dans un soufflé ; c'est-à-dire que si on en faisait le double, on devrait mettre six jaunes et cinq blancs. Le mélange doit être bien fait en remuant assez fortement et assez longtemps, car si cet appareil est trop léger, c'est un défaut ; il retombe avant même d'être fini de cuire. Beurrer et sucrer un plat à soufflé et ne le garnir qu'aux trois quarts. Cuire 20 à 25 mn à four très modéré et servir aussitôt.

50 gr. de beurre . 50 gr. de farine . 1/4 de litre de lait . 100 gr. de sucre semoule 3 œufs . 1/2 cuillère à café de vanille en poudre.

SOUFFLÉ AU CAFÉ

Même procédé que pour le soufflé à la vanille, mais en ajoutant à la place de celle-ci un peu d'essence de café Trablit.

Mêmes proportions que ci-dessus pour le soufflé à la vanille . Remplacer la vanille par 2 cuillères à café d'essence de café.

SOUFFLÉ AU CHOCOLAT

Faire cuire 150 gr. de chocolat avec le lait, mettre un peu moins de farine et un peu moins de sucre à cause du chocolat qui épaissit et contient du sucre. Il faut aussi un jaune d'œuf de plus, mais la finition et la cuisson ne varient pas.

OMELETTE SOUFFLÉE

Temps de cuisson, 18 mn

Ceci est tout à fait différent du soufflé. Mettre dans un saladier les jaunes d'œufs et le sucre vanillé ou parfumé au goût demandé ; travailler énergiquement pour blanchir l'appareil, pendant une dizaine de minutes et ensuite y mélanger très délicatement les blancs d'œufs en neige très ferme. Au contraire du soufflé, il faut, ici, plus de blancs

que de jaunes. Beurrer un grand plat long allant au four et le sucrer (au fond seulement) puis disposer l'appareil en couronne tout autour du fond du plat, en laissant vide le centre. Lisser cette omelette avec un couteau de table pour lui donner une apparence flatteuse à l'œil, et mettre à cuire à four très doux pendant 18 mn. Étant plus fragile que le soufflé, l'omelette retombe plus vite, puisqu'il n'y a pas de farine pour la maintenir. Il faut donc ne la mettre au four qu'au tout dernier moment et laisser plutôt attendre 5 mn les convives que de laisser attendre l'omelette soufflée.

3 jaunes et 5 blancs d'œufs . 125 gr. de sucre.

BEIGNETS SOUFFLÉS DITS PETS DE NONNE

Temps de cuisson, 5 mn par fournée

Faire trois œufs de pâte à choux (voir ce mot au chapitre Pâtisserie), mais avec moitié moins de beurre et très peu de sucre. Bien travailler la pâte avec les œufs et ne la faire ni trop sèche, ni trop molle, pour cela ajouter le dernier œuf en plusieurs fois pour ne pas s'exposer à la faire trop molle. Faire chauffer de la friture dans une poêle (huile ou graisse) en assez grande quantité pour que les beignets baignent bien. Dans cette friture *pas très chaude* pour le début, faire tomber avec la cuillère à café des petites boules de pâte aussi rondes que possible et laisser cuire en augmentant progressivement la chaleur de la friture, pour que, lorsque les beignets seront cuits (4 ou 5 mn), la friture soit à ce moment brûlante. Ne pas en mettre trop à la fois, puisqu'ils gonflent beaucoup et doivent pouvoir se retourner tout seuls dans la friture. On peut, au besoin, cuire la pâte en deux fois, mais les servir aussitôt bien cuits, bien dorés et secs. Les dresser en buisson et les poudrer de sucre vanillé. On peut aussi les servir accompagnés d'une crème anglaise chaude (voir ce mot) ou de confiture.

Pâte à choux faite avec 3 œufs (voir recette page 154) . bain de friture d'huile de de préférence . sucre glacé 100 gr.

BEIGNETS DE POMMES

Temps de cuisson, 7 mn par fournée

Faire une pâte à frire (voir chapitre Pâtisserie), la laisser lever 1 h ; pendant ce temps, peler les pommes de rainette, les couper en rondelles épaisses, chaque pomme en quatre ou cinq tranches, les poudrer de sucre, les arroser de rhum et les laisser macérer, puis, au moment de les cuire, mélanger le blanc en neige à la pâte, éponger les tranches de pommes et les tremper dans la pâte à frire. Bien les enrober de pâte et les plonger à mesure dans la friture brûlante, à l'inverse des beignets soufflés, qui, eux, ne pourraient pas gonfler s'ils étaient saisis et croûtés au début.

Retourner plusieurs fois ces beignets qui ne se retournent pas d'eux-mêmes, comme les autres, et quand ils sont bien dorés des deux côtés et la pâte bien croquante les égoutter, les poudrer de sucre et servir.

500 gr. de pommes de rainette . 50 gr. de sucre . 1 verre de rhum . bain de friture d'huile de préférence.

BEIGNETS DE FLEURS D'ACACIA

Tremper des bouquets de fleurs d'acacia dans une pâte à frire légère, c'est-à-dire plus liquide que pour les autres beignets et les frire à friture brûlante. Servir, saupoudrer de sucre vanillé.

BEIGNETS AU PAIN (PAIN PERDU)

Temps de cuisson, 5 mn par fournée

Couper des tranches de pain de fantaisie de 2 cm. d'épaisseur, les imbiber dans une crème anglaise chaude parfumée au rhum, puis les rouler dans de la farine, et ensuite les tremper une par une dans de l'œuf entier bien battu, les plonger à mesure dans la friture brûlante, et en 3 mn on a un dessert exquis croustillant autour par le mélange de farine et œuf et moelleux dans l'intérieur. Les servir avec la crème anglaise s'il en reste, à seul fin de l'utiliser.

400 gr. de pain . 1/2 litre de crème anglaise . 2 cuillères à soupe de farine 2 œufs . 1/2 verre de rhum.

CRÈMES FRITES

Temps de cuisson, 5 mn par fournée

Délayer en casserole deux œufs entiers, le sucre vanillé, puis ajouter 10 gr. de farine. ordinaire et la crème de riz. Ensuite, le lait bouillant. Faire cuire cette crème en la remuant jusqu'à ce qu'elle bouille bien ; elle doit être très épaisse. La verser sur un plat beurré, l'y étaler sur 3 cm. d'épaisseur et la laisser refroidir entièrement. Ensuite, la couper en morceaux de forme losange, les fariner, les tremper dans de l'œuf ou du blanc d'œuf battu et les rouler dans la chapelure. Les faire frire 2 mn à friture brûlante et les servir chauds. Cet entremets est délicieux surtout l'hiver où les fruits font défaut.

3 œufs . 100 gr. de sucre . 80 gr. de farine . 40 gr. de crème de riz . 50 gr. de chapelure . 1/2 litre de lait.

RIZ A LA CONDÉ

Temps de cuisson, 30 mn

Faire crever à l'eau pendant 2 mn le riz, l'égoutter, le rincer et le finir de cuire avec le lait et la vanille pendant 25 à 30 mn. Ensuite, le sucrer, ajouter les jaunes d'œufs et le beurre. Mélanger le tout avec une fourchette, et comme le riz devient liquide par le sucre qui fond et les jaunes, on le remet sur feu doux et on le remue doucement à la fourchette jusqu'à ce qu'il soit devenu assez compact pour se tenir et ne pas s'étaler. Avec ce riz Condé, on obtient une quantité d'entremets, tels que croquettes de riz, fruits à la Condé, bordure de fruits, etc.

Les pêches et les abricots sont, avec les pommes, les fruits les plus appréciés pour cet entremets, notre photographie représente des pêches à la Condé.

200 gr. de riz . 1/2 litre de lait . 1 bâton de vanille . 100 gr. de sucre semoule 2 jaunes d'œufs . 30 gr. de beurre.

POMMES A LA CONDÉ

Temps de cuisson, 15 mn

Nous donnons les pommes comme type de cet entremets chaud qui peut se faire avec tous les fruits (en particulier pêches et poires).

Préparer un riz Condé et pendant sa cuisson, faire pocher dans du sirop vanillé (eau fortement sucrée), une huitaine de petites pommes entières pelées et vidées avec le vide-pomme ; si elles sont grosses, on les coupe en deux ou en quatre. Ne pas les laisser s'écraser par une trop forte ébullition. Dresser le riz en couronne sur le plat, ranger les pommes dessus et arroser le tout avec une sauce abricot, faite en délayant sur le feu un demi-pot de marmelade d'abricots avec un peu de sirop des pommes et un peu de rhum ou kirsch. Passer cette sauce s'il y a des morceaux d'abricots. Tous les fruits peuvent se faire ainsi, sauf les fraises, framboises, oranges.

Riz Condé . Pour le sirop : 1/4 de litre d'eau . 50 gr. de sucre . 1/3 de bâton de vanille . 8 pommes . 1/2 pot de marmelade d'abricots . 2 cuillères à soupe de rhum ou de kirsch.

POMMES A LA CHEZ-SOI

Temps de cuisson, 30 mn

Cuire des moitiés de pommes au sirop, les ranger dans un plat creux à gratin, retournées sens dessus dessous et remplir le creux d'où l'on a extrait les pépins, avec un petit mélange de fruits confits hachés, puis recouvrir copieusement le tout avec une crème pâtissière pas trop épaisse (voir ce mot). Semer dessus une poignée de biscuits ou gâteaux secs pulvérisés formant chapelure, arroser de beurre et faire gratiner. Servir chaud, très bon et simple.

6 pommes . 100 gr. de fruits confits . 1/2 litre de crème pâtissière . 60 gr. de gâteaux secs . 50 gr. de beurre.

POMMES A LA BOURDALOUE

Temps de cuisson, 20 mn

Faire une crème pâtissière (voir ce mot) en remplaçant la farine par de la crème de riz. Quand elle est cuite, y ajouter un peu de kirsch, puis la verser dans un plat creux et ranger dessus des tranches ou des quartiers de pommes cuites au sirop vanillé, mettre une cerise confite sur les pommes et arroser d'une sauce abricot et

kirsch. Tous les fruits peuvent aussi être servis de cette manière : pêches, abricots, poires, ananas, bananes, etc.

1/2 litre de crème pâtissière . 2 cuillères à soupe de kirsch . 6 pommes 12 cerises confites . sauce d'abricot ou 150 gr. de confiture d'abricot . 1 cuillère 1/2 à soupe de kirsch.

POMMES A LA BONNE FEMME

Temps de cuisson, 30 mn

Vider des pommes de rainette avec le vide-pomme sans les peler, puis fendre la peau tout autour en ceinturant la pomme avec la pointe du couteau à mi-hauteur. Les mettre dans un plat à four, avec une noisette de beurre et une cuillère à café de sucre dans le trou de chaque pomme, ajouter un doigt d'eau dans le fond du plat et cuire à four chaud, pour que les pommes soient bien cuites. Servir chaudes ou froides.

6 pommes de rainettes . 75 gr. de beurre . 60 gr. de sucre.

COINGS AU FOUR

Temps de cuisson, 30 m

Les coings se cuisent également au four, comme les pommes, mais on ne retire pas l'intérieur, car c'est trop dur étant cru pour introduire le vide-pomme, mais cependant ce n'est pas plus long à cuire que la pomme, ce qui peut paraître surprenant. Mettre dessus du beurre, du sucre et de l'eau autour.

Four chaud et manger tiède ; c'est à la saison des coings un dessert exquis.

6 coings . 75 gr. de beurre . 75 gr. de sucre . 1 verre d'eau.

CROQUETTES DE RIZ AUX FRUITS

Temps de cuisson, 7 à 8 mn par fournée

Diviser en morceaux de 50 à 60 gr. de riz à la Condé, froid, mélangé de fruits confits hachés ; rouler ce riz en croquettes avec un peu de farine, les paner à l'œuf et chapelure, les faire frire à friture brûlante et les servir chaudes avec une sauce abricot ou groseille chaude, parfumée au rhum. La mie de pain peut être remplacée par des amandes hachées.

Préparer du riz à la Condé avec 200 gr. de riz (voir recette page 147) . 125 gr. de fruits confits . 50 gr. de farine . 2 œufs . 50 gr. de chapelure . bain de friture sauce abricot . 2 cuillères à soupe de rhum . 50 gr. d'amandes hachées.

CASSE-MUSEAU OU BOURDIN

Temps de cuisson, 50 mn

Il s'agit de pommes pelées, vidées, entières ; un peu de beurre et de sucre dans le milieu ; les envelopper d'une abaisse de pâte brisée (voir chapitre Pâtisserie). Cuire au four modéré pendant 50 mn à 1 h. Servir chaudes.

6 pommes . 30 gr. de beurre . 60 gr. de sucre . Pâte brisée : avec 250 gr. de farine (voir recette page 153).

CRÊPES

Temps de cuisson, 3 mn par crêpe

Entremets très connu qu'en certaines circonstances la tradition nous oblige à faire. Pour la pâte, délayer dans un saladier la farine, les œufs, le sucre vanillé, une pincée de sel et environ un demi-litre de lait froid. Mettre d'abord tout dans le saladier et délayer avec un petit fouet. Si la pâte est trop épaisse, ajouter un peu de lait, elle doit être claire nappant juste le doigt, la terminer avec le beurre fondu et un filet de cognac ou de fleur d'oranger. De préférence, bien que ce ne soit pas obligatoire, la faire quelques heures d'avance, puis graisser légèrement une poêle très nette, très lisse, avec un linge trempé dans du beurre fondu, mais ne pas verser du beurre dedans ; elle doit seulement être grasse et très chaude ; verser juste assez de pâte dedans pour en garnir le fond d'une couche très mince, laisser prendre, puis faire sauter la crêpe pour la retourner et cuire l'autre côté. Il peut arriver que la première attache un peu, mais quand la poêle est bien chaude, bien en train, cela doit aller vite. La première crêpe vous indiquera si

Profiterolles au chocolat ↑
Beignets soufflés →

la pâte est bien à point ; si la crêpe à l'air d'être un peu cartonneuse, sèche, ajouter un peu de beurre ou de lait, si, au contraire, elle est trop fragile, trop délicate, se déchirant en y touchant à peine, alors il faut tamiser un peu de farine et l'ajouter à la pâte avec le fouet pour éviter les grumeaux.

250 gr. de farine . 4 œufs . 1/2 litre de lait . 1 cuillère de sucre vanillé 1 pincée de sel . 50 gr. de beurre . 1 cuillère à soupe de cognac.

CRÊPES A L'ORANGE DITES SUZETTE

Râper le zeste de deux oranges, le mélanger en l'écrasant avec le beurre fin, le sucre et le curaçao ou le rhum, étaler cette sorte de crème un peu sur chaque crêpe ; plier celles-ci en deux, les mettre vite sur un plat chaud à cheval l'une sur l'autre et servir bouillantes. C'est la crêpe Suzette.

Crèpes . 2 zestes d'oranges . 100 gr. de beurre . 60 gr. de sucre . 1 cuillère à soupe de curaçao.

CRÊPES FOURRÉES

On peut fourrer des crêpes, soit de crème patissière, soit de confitures. Pour cela, mettre au milieu de la crêpe, quand elle est faite, une grosse cuillère de crème ou de marmelade de fruits et envelopper cette garniture en repliant la crêpe des quatre côtés par-dessus. Un très bon entremets consiste à fourrer des crêpes ainsi puis les recouvrir dessus avec de la meringue et les passer cinq minutes à four doux et servir chaudes. Cela s'appelle des Pannequets.

12 à 18 crêpes selon la grosseur . 1/4 de litre de crème pâtissière ou 250 gr. de confiture ou 250 gr. de compote de pruneaux, etc.

CROÛTES AUX FRUITS

Acheter une brioche rassise, la couper en tranches, les faire griller, puis disposer ces tranches en couronne sur le plat et garnir le milieu d'une compote de fruits divers cuits au sirop et liés à l'abricot chaud parfumé.

1 brioche de 250 gr. . compote de fruits avec 125 gr. de fruits . 150 gr. de confiture d'abricots . 3 cuillères à soupe de rhum.

←— Pêches à la Condé

LA PATISSERIE
ET
LA CONFISERIE DE MÉNAGE

LA PATISSERIE ET LA CONFISERIE DE MÉNAGE

Pour 6 personnes

PATE FEUILLETÉE

Cette pâte assez difficile à réussir, ne le sera pas dès le premier essai par un néophyte ; cependant il ne faut pas se décourager, mais, au contraire, persister pour forcer le succès. Elle est très utile et peut rendre de tels services qu'elle vaut bien quelques mécomptes initiaux.

Mettre sur la planche 300 gr. de farine, faire un grand creux au milieu, y mettre une demi-cuillère à café de sel fin et un petit quart de litre d'eau froide. Du bout des doigts, mélanger aussi délicatement que possible la farine et l'eau pour obtenir une pâte ferme, mais pas sèche ; ajouter de l'eau si on le juge nécessaire, en faisant l'amalgame, et observer surtout que cette pâte dite : *Détrempe*, soit de la même consistance que le beurre que l'on doit ensuite mettre dedans, plutôt ferme que mou, mais pas gelé. Ramasser cette pâte en boule, la laisser reposer 30 mn, puis la peser. Peser alors la moitié de son poids de beurre ferme ; étendre la pâte en une grande galette au milieu de laquelle on met le pain de beurre que l'on enveloppe en rabattant par-dessus la pâte, des quatre côtés ; puis avec le rouleau, en farinant légèrement, allonger la pâte en une bande assez longue et assez amincie pour apercevoir le beurre ; la ployer en trois en la repliant sur elle-même ; la mettre alors dans l'autre sens, *pas sens dessus dessous*, mais faire tourner le morceau de pâte pour que le côté rabattu qui est devant soi, se trouve sur le côté, et recommencer encore une fois à allonger la pâte et à la replier en trois. C'est cette opération qui s'appelle : *donner deux tours à la pâte*, puisque deux fois elle a été allongée et pliée, la laisser reposer 20 mn, puis recommencer la même opération c'est-à-dire donner deux tours. Faire encore une fois reposer autant, et donner enfin deux autres et derniers tours, ce qui fera six en trois fois, à 20 mn d'intervalle. La pâte est alors prête à détailler en : vol-au-vent, bouchées, petits pâtés, gâteaux de toutes sortes, etc.... La galette également se fait avec cette pâte, mais un peu moins beurrée.

300 gr. de farine . 1/2 cuillère à café de sel fin . 2 verres d'eau . la moitié du poids de la détrempe de beurre (environ 250 gr.).

PATE BRISÉE A TARTE

Mettre en fontaine sur la planche la farine, le beurre au milieu, le sel, le sucre et l'eau froide. Pétrir le tout ensemble à pleine main, mais sans trop travailler cette pate, qui deviendrait élastique et serait coriace après cuisson. Dès que le mélange est fait, ramasser la pâte en boule, l'envelopper d'un linge et la laisser reposer 1 ou 2 h au frais, avant de s'en servir.

(1 grande tarte de 20 cm. ou 20 petites tartes) . 250 gr. de farine . 125 gr. de beurre 5 gr. de sel . 25 gr. de sucre . 3/4 de verre d'eau.

PATE A BRIOCHE

Prendre d'abord le quart de la farine, faire un trou au milieu et y mettre la levure, verser quelques cuillères d'eau chaude dessus et la faire dissoudre en la triturant du bout des doigts. Ensuite, y mêler la farine et obtenir, en y ajoutant l'eau chaude nécessaire, s'il n'y en a pas assez, une boule de pâte bien mollette que l'on fend en quatre,

la mettre à lever dans une terrine d'eau tiède. Pendant ce temps, mettre en fontaine le reste de la farine avec les œufs au milieu et pétrir tout ensemble, puis bien battre cette pâte en la soulevant à pleine main et la plaquant violemment sur la planche, jusqu'à ce qu'elle soit devenue très élastique et se détache facilement des doigts et de la table ; à ce moment, y mélanger le sel et le sucre, puis 2 mn après, mélanger le beurre, et enfin mélanger la pâte à la levure, laquelle a dû, dans l'eau chaude, doubler de volume. Cette première pâte s'appelle le levain. Quand elle est mélangée, la pâte est finie, mais elle ne peut être cuite que le lendemain, car elle doit, comme le pain, et toutes les pâtes à base de levain, fermenter un certain temps avant la cuisson. On la tient donc à la chaleur douce dans une terrine couverte, pendant 3 ou 4 h et quand elle est doublée de volume, il faut la battre du bout des doigts pour la faire retomber à son niveau normal. Ensuite la mettre au froid pour passer la nuit et la battre encore un peu dès le lendemain matin. Il n'y a plus qu'à donner à sa pâte la forme que l'on veut en la roulant à la main sur la table farinée et faire soit des petites brioches, soit une grosse, ou une mousseline ou, encore une couronne. Laisser lever encore une fois au chaud dans le moule, et quand c'est un peu soufflé, dorer à l'œuf et cuire à four chaud.

Avant l'explication détaillée de la pâte, chacun peut facilement la façonner et arriver à la cuire. Même moins bien présentée que celle du pâtissier, elle n'en sera pas moins bien accueillie et appréciée.

250 gr. de farine . 200 gr. de beurre . 15 gr. de sucre . 5 gr. de sel . 8 gr. de levure de boulanger . 3 œufs . 1 verre d'eau.

PATE A PATÉ

Même procédé que pour la pâte brisée, la faire d'avance et la laisser reposer 2 h au moins.

500 gr. de farine . 150 gr. de beurre . 1 cuillère de saindoux . 2 jaunes d'œufs 1 cuillère à café de sel . 3 à 4 verres d'eau froide.

PATE A CHOUX

Faire bouillir ensemble l'eau, le beurre, sel et sucre. Quand c'est bien bouillant, retirer du feu et verser dedans toute à la fois. la farine que l'on délaye à la spatule ; on doit avoir dans sa casserole une pâte épaisse, ferme, que l'on dessèche 2 ou 3 mn sur le feu, en remuant pour ne pas laisser attacher et à feu modéré. Quand elle se détache de la spatule et paraît grasse, la retirer et la mouiller en y mélangeant vigoureusement l'un après l'autre les quatre œufs entiers, ce qui doit donner une pâte mollette, coulante, mais pas liquide. Il convient de ne mélanger le dernier œuf que peu à peu, afin de ne pas risquer d'avoir une pâte trop molle, car suivant les farines, il faut parfois la moitié d'un œuf de moins ou de plus.

Cette pâte sert à une infinité de gâteaux, dont les plus connus sont les saint-honorés, les choux à la crème, les éclairs, les salambos, les pains de la Mecque, les ponts-neufs, les religieuses. Et dans les entremets : les profiteroles et les beignets soufflés ou pets de nonne, seulement pour ces derniers, il faut moitié moins de beurre dans la pâte.

En cuisine, cette pâte, sans sucre, est employée pour les gnocchis, les ramequins, en y ajoutant du fromage râpé, du poivre et de la noix de muscade.

1/4 de litre d'eau . 100 gr. de beurre . 2 morceaux de sucre 1 pincée de sel . 125 gr. de farine . 4 œufs.

PATE A FRIRE

Délayer en terrine avec le bout des doigts la farine, l'huile, une pincée de sel et un grand verre d'eau chaude dans laquelle vous avez fait dissoudre une noisette de levure ; faire une pâte liquide pouvant juste napper le doigt ; la laisser lever au chaud une grande heure et y ajouter, au moment de l'employer, un blanc d'œuf en neige, que l'on mélange avec une fourchette très légèrement.

Tremper les objets dans cette pâte et les plonger à friture brûlante.

125 gr. de farine . 2 cuillères à soupe d'huile . 1 pincée de sel . 1 verre d'eau 1 noisette de levure . 1 blanc d'œuf.

PATE DE GÉNOISE

Temps de cuisson, 30 mn

Fouetter sur un feu très doux le sucre et les quatre œufs entiers, soit dans une terrine « cul de poule » si on en a une, soit dans une casserole ou dans un saladier, placé dans de l'eau un peu chaude. Quand la pâte a doublé de volume, qu'elle est bien légère, mousseuse et nappe fortement la spatule, y mélanger en pluie la farine (avec la spatule), et, ensuite, le beurre fondu sans être chaud. Le mélange doit se faire légèrement, afin de ne pas alourdir la pâte, et quand ce mélange est parfait, verser la pâte dans un ou plusieurs moules beurrés et farinés et la cuire à four modéré, d'autant plus modéré que le moule est plus gros, et un peu plus chaud pour des petits moules.

On reconnaît la cuisson de ces sortes de gâteaux en les sondant avec un petit couteau dont la lame doit ressortir sèche.

125 gr. de sucre . 100 gr. de farine . 75 gr. de beurre . 4 œufs entiers . parfum.

PATE DE BISCUIT DE SAVOIE

Temps de cuisson, 30 mn

Mettre dans une terrine le sucre, le parfum (vanille, zeste, fleur d'oranger, etc.) et les quatre jaunes d'œufs, puis travailler vigoureusement ce mélange à la spatule jusqu'à ce qu'il devienne blanchâtre, crémeux ; battre alors les blancs en neige très ferme et les mélanger dans la pâte ainsi que la farine, tout en même temps, et très délicatement, puis terminer avec le beurre fondu, mélangé de la même manière.

Cette pâte comme la génoise peut servir à faire divers gâteaux, soit biscuit de Savoie, moka, fourré aux confitures, à la crème, biscuit roulé, bûche de Noël, etc. Elle se cuit en moules beurrés et farinés et à four très doux en général.

Les biscuits à la cuillère se font avec une pâte analogue, mais sans beurre. Je conseille de les acheter plutôt qu'essayer de les faire.

125 gr. de sucre . 100 gr. de farine . 50 gr. de beurre . 4 jaunes d'œufs 4 blancs d'œufs . parfum.

TARTE AUX POMMES

Temps de cuisson, 25 à 30 mn

Étendre au rouleau, de l'épaisseur de 3 mm. de la pâte brisée bien reposée, beurrer un cercle à tarte et appliquer la pâte dedans en appuyant légèrement avec les doigts, laisser dépasser de 1 cm. cette pâte au-dessus du cercle et couper le surplus, pincer tout le tour de ce rebord avec la pince à tarte, puis la placer sur une tôle propre, non beurrée, piquer le fond de quelques coups de couteau et garnir de marmelade de pommes cuite d'avance et refroidie, recouvrir le dessus soit de tranches de pommes crues, soit de petites lanières de la pâte qui reste, disposées sur le dessus en petits croisillons, puis cuire cette tarte à four bien chaud 25 à 30 mn.

Il faut bien observer que les tartes doivent se faire dans des cercles sans fond et non dans des tôles goudronnées d'une seule pièce ; de même, qu'elles doivent toujours se cuire avec les fruits, même si ceux-ci sont déjà cuits. Masquer le dessus avec de la marmelade d'abricots.

Pâte à tarte faite avec 250 gr. de farine . 1 kg. de pommes . 2 à 3 cuillères à soupe de marmelade d'abricot.

TARTE AUX CERISES

Temps de cuisson, 25 à 30 mn

Foncer le cercle de la manière indiquée pour la tarte aux pommes, piquer toujours le fond avec le couteau, puis y semer, pour les tartes aux fruits frais qui rendent du jus, une poignée de sucre en poudre. Dénoyauter des cerises fraîches quand c'est la saison et en garnir toute la tarte, bien serrées les unes contre les autres. Cuire ensuite à four bien chaud 25 à 30 mn, et arroser le dessus de gelée de groseilles. Opérer exactement de même l'hiver avec des cerises de conserve, en s'assurant qu'il ne reste pas de noyaux dedans.

Pâte brisée à tarte faite avec 250 gr. de farine . 2 cuillères à soupe de sucre en poudre . 1 kg. de cerises . 3 cuillères à soupe de gelée de groseilles.

TARTE AUX ABRICOTS

Garnir la tarte avec des moitiés d'abricots à cheval l'une sur l'autre, en couronne, et toujours dans la pâte crue, avec du sucre au fond. Opérer de même avec des abricots conservés. Quand la tarte est cuite, l'arroser de marmelade ou confiture d'abricots.

Pâte brisée avec 250 gr. de farine . 1 kg. d'abricots . 2 cuillères à soupe de sucre en poudre . 3 cuillères à soupe de gelée d'abricots.

TARTE AUX PRUNES

Toutes les tartes peuvent se faire de même, celles aux mirabelles comme celles aux cerises, et pour les grosses prunes les couper par moitié comme les abricots, arroser le dessus de groseille ou abricot, suivant que le fruit est rouge ou jaune.

TARTE AUX FRAISES

Temps de cuisson, 20 mn

Là c'est tout à fait différent ; la fraise ne se fait pas cuire ; par conséquent, on cuit la pâte seule. Pour cela, il faut préparer la tarte comme il est expliqué plus haut, la piquer de même au fond et la garnir, d'abord d'une rondelle de papier de soie, la remplir avec un légume sec quelconque, du riz par exemple, puis la cuire à four bien chaud. Ceci a pour but de conserver à la tarte sa forme, par la pesanteur de ce que l'on met dedans. Autrement elle boursouflerait et serait sans aucune forme une fois cuite. Quand elle est à peu près cuite, enlever le légume et le papier, puisqu'elle ne risque plus de se déformer et la laisser encore 6 à 7 mn. Bien finir de cuire intérieurement et même sécher un peu. La laisser refroidir, puis la garnir de fraises bien épluchées, soit fraises de bois ou autres, mais bien saines, pour n'être pas obligé autant que possible de les laver. Napper alors ces fraises de gelée de groseilles.

Pâte brisée faite avec 250 gr. de farine . 1 kg. de fraises . 1/2 pot de gelée de groseilles.

FLAN AU LAIT

Temps de cuisson, 35 mn

Foncer un cercle de 16 cm. en pâte brisée et piquer le fond, puis le remplir avec une crème faite en battant à la fourchette les œufs entiers et le sucre vanillé ; ajouter ensuite la farine, le lait froid et ceci étant bien délayé, le passer à la passoire fine dans la tarte. Cuire à four chaud surtout dessous, la pâte étant plus longue à cuire que la crème.

On peut aussi faire le flan sans farine.

Pâte brisée avec 250 gr. de farine . 3 œufs . 125 gr. de sucre . 60 gr. de farine 1/4 de litre de lait.

FLAN MERINGUE

On fait un flan au lait comme il est dit ci-dessus puis quand il est refroidi on en recouvre le dessus avec une couche de meringue (voir page 163) de 4 cm. d'épaisseur. On égalise bien cette meringue sur le dessus et autour pour qu'elle offre une surface bien plane ; puis avec une poche et une douille fine, on y fait sur le dessus un décor avec la même meringue (un quadrillage par exemple), on saupoudre alors de sucre et on passe quelques minutes à four très doux pour cuire cette meringue. Ensuite on remplit le creux du décor avec un peu de gelée de groseilles et de marmelade d'abricots.

TURINOIS

Temps de cuisson, 30 mn

Fendre tout autour les marrons et les ébouillanter ; puis on les épluche au premier bouillon et on les finit de cuire en les rejetant à mesure dans l'eau bouillante. Quand ils sont cuits on les égoutte et les passe au tamis fin, puis on mélange cette purée pendant qu'elle est encore chaude avec le sucre, le beurre et le chocolat râpé. Quand ce mélange est bien lisse, le verser dans un moule beurré de forme quelconque avec papier au fond. Bien tasser la pâte et tenir au frais jusqu'au lendemain ; démouler et couper en tranches sans aucune cuisson.

500 gr. de marrons . 100 gr. de beurre fin . 100 gr. de chocolat râpé . 100 gr. de sucre vanillé.

Tarte aux abricots—
Tarte aux prunes —

GALETTE DES ROIS

Temps de cuisson, 20 mn

Première formule : Faire une pâte feuilletée mais moins beurrée soit pour 600 gr. de pâte, 200 gr. de beurre et ne donner que cinq tours, deux fois deux et le cinquième en dernier. Ramasser alors la pâte en boule ronde et l'aplatir au rouleau en la tenant bien ronde de 1,5 cm. d'épaisseur. Faire une encoche en dessous pour introduire le baigneur, dorer le dessus à l'œuf, rayer la galette en quadrillage, la piquer de six ou huit coups de couteau et cuire à four bien chaud.

600 gr. de pâte feuilletée (avec 200 gr. de beurre seulement).

Deuxième formule : Pétrir ensemble délicatement du bout des doigts, 350 gr. de farine avec 250 gr. de beurre, du sel fin et un verre d'eau froide ; faire une pâte mollette imparfaitement mélangée et finir ce mélange de farine et beurre en donnant deux ou trois tours, c'est-à-dire que si au deuxième tour tout le beurre n'est pas bien incorporé, on donne un tour de plus. Laisser reposer 15 mn et étendre cette pâte pour faire la galette comme il est dit ci-dessus.

SAVARINS ET BABAS

Temps de cuisson,
petits babas : 12 à 15 mn
gros babas : 40 mn

La même pâte sert pour les deux gâteaux et voici une recette simple et avec laquelle on obtient les gâteaux en 2 h. Faire chauffer une terrine et y mettre la farine, les œufs entiers et le lait, un peu chaud, dans lequel vous aurez fait dissoudre 7 gr. de levure en hiver, 6 gr. en été, délayer la pâte du bout des doigts, et quand elle est bien lisse la couvrir et la tenir au chaud 45 mn — chaleur douce. La pâte doit alors être doublée de volume ; y mélanger avec la main le beurre bien mou, le sucre et une pincée de sel fin. La pâte est finie et si l'on veut faire des babas, on ajoute une poignée de petits raisins secs.

Mouler cette pâte dans des moules bien beurrés, soit savarins, soit babas ; la forme diffère, mais ne garnir ces moules qu'au *tiers* de leur hauteur et les tenir à chaleur douce jusqu'à ce qu'ils soient pleins au ras. Les cuire alors à four très chaud 12 à 15 mn suivant grosseur pour les savarins et petits babas, un peu plus longuement pour les gros babas.

Tremper alors aussitôt cuits ces gâteaux dans un sirop chaud avec 250 gr. de sucre pour trois quarts de litre d'eau et aromatisé, soit au rhum, soit au kirsch. Tremper tout chaud dans le sirop tout chaud.

**125 gr. de farine . 2 œufs . 1/2 verre de lait . 7 gr. de levure . 50 gr. de beurre
1 cuillère à café de sucre . 1 pincée de sel fin . 100 gr. de raisins de Corinthe
Sirop : 250 gr. de sucre . 3/4 de litre d'eau . 2 verres de rhum ou de kirsch.**

COUGLOFF

Temps de cuisson, 45 mn

Ce gâteau alsacien est du même genre que le baba, mais se mange sec. Faire la pâte en mettant dans une terrine chaude 60 gr. de farine que l'on délaye en pâte molle du bout des doigts, avec une tasse à thé de lait chaud dans lequel on a fait dissoudre la levure de boulanger. Quand cette pâte est délayée, verser dessus, mais sans la mélanger, 200 gr. de farine et tenir la terrine au chaud jusqu'à ce que le levain dessous fasse craqueler la farine. A ce moment mélanger le tout à la main avec les œufs entiers et un peu de lait pour que la pâte soit mollette, ajouter encore le beurre, le sucre en poudre, 5 gr. de sel et les raisins de Malaga secs, mais épépinés.

Mettre la pâte dans un ou plusieurs moules à cougloff (moules spéciaux en terre vernissée à tube central), bien beurrés et ne les garnir qu'à moitié. Laisser alors lever jusqu'à ce que le moule soit plein et cuire 20 à 40 mn à four bien chaud, suivant que tout est dans le même moule, ou que la pâte est répartie dans deux moules. Démouler sitôt cuit et servir soit avec le petit déjeuner, soit avec le thé. Se conserve frais plusieurs jours.

**260 gr. de farine . 1 verre de lait . 12 gr. de levure de boulanger . 2 œufs
80 gr. de beurre . 25 gr. de sucre en poudre . 1/2 cuillère à café de sel . 125 gr. de raisins de Malaga.**

←— Tarte aux fraises

GATEAU AU CHOCOLAT ET AMANDES

Temps de cuisson, 50 mn

On met dans une terrine le sucre, les amandes pilées, un œuf entier et trois jaunes et on travaille le tout à la spatule très énergiquement ; puis on ajoute le chocolat que l'on fait fondre avec très peu d'eau pour l'obtenir en crème. On y incorpore ensuite les deux sortes de farine et en même temps les trois blancs en neige bien ferme. On termine par le mélange du beurre fondu. On met cet appareil dans un moule carré beurré et fariné et on cuit à four très doux. Quand ce gâteau est refroidi, on le nappe de marmelade d'abricots réduite et on le glace au fondant au chocolat. Ce gâteau ne comporte ni garniture, ni décor, mais n'en est pas moins exquis.

125 gr. de sucre . 80 gr. de fécule . 20 gr. de farine . 75 gr. d'amandes . 75 gr. de beurre . 100 gr. de chocolat . 4 œufs entiers.

GATEAU PAIN DE GÊNES

Temps de cuisson, 40 mn

On pile d'abord très finement les amandes en y ajoutant peu à peu la moitié du sucre pour les empêcher de tourner en huile. Puis on met dans une terrine assez grande le beurre que l'on fait un peu ramollir au chaud ; on y ajoute le reste du sucre et on bat le tout longuement avec un fouet. Lorsque la pâte commence à blanchir, on y met les amandes pilées et on continue de bien travailler le tout ; puis on y mélange l'un après l'autre et à 2 ou 3 mn d'intervalle, les trois œufs, sans s'inquiéter si on voit la pâte tourner lorsque l'on met le dernier œuf. Après avoir encore battu la crème un moment, on la termine en y ajoutant le sel (très peu), la farine, et en dernier, le kirsch que l'on peut remplacer par tout autre parfum. On verse cette pâte dans un moule à pain de Gênes (moule plat à côtes) que l'on a beurré et au fond duquel on a placé un rond de papier beurré également ; puis on fait cuire à four très modéré et très régulier pendant 40 mn. Ce gâteau peut se faire d'avance et se sert tel que, sans glaçage ni décor d'aucune sorte.

Nota. — Dans ces gâteaux où il est question d'amandes pilées, celles-ci peuvent être râpées en poudre avec la moulinette. Ce sera plus facile à se procurer qu'un mortier et moins fatigant à râper qu'à piler. On peut aussi acheter la poudre d'amandes tonte prête.

150 gr. de sucre en poudre . 125 gr. de beurre . 100 gr. d'amandes . 40 gr. de farine ou fécule . 3 œufs entiers . 1 pincée de sel . 1 verre à liqueur de kirsch.

PLUM-CAKE

Temps de cuisson, 40 mn

Battre en terrine avec le fouet le beurre un peu mou avec le sucre en poudre ; quand c'est bien mousseux, y mélanger un œuf entier d'abord et battre toujours vigoureusement la pâte pendant 3 mn, puis remettre un œuf ; battre encore 3 mn et remettre un troisième et dernier œuf ; lorsque celui-ci est bien travaillé à son tour, mélanger dans cette pâte avec une cuillère la farine, le sel, la levure en poudre et, enfin, les fruits confits coupés en dés et macérés au rhum. Cuire cette pâte dans des moules à cake beurrés et tapissés de papier blanc au fond et autour. Commencer la cuisson 5 mn dans un four très chaud, puis le modérer ensuite pour l'achever pendant 35 à 40 mn. Peut se conserver frais plusieurs jours.

125 gr. de beurre . 125 gr. de sucre en poudre . 3 œufs . 160 gr. de farine 1/2 cuillère à café de sel . 1/3 de paquet de levure . 150 gr. de fruits confits 1 verre à madère de rhum.

LES PETITS GATEAUX ET PETITS FOURS

PETITES TARTELETTES AUX FRUITS

On peut, de la même manière que pour les tartes, faire des petites tartelettes, soit pour le thé ou pour emporter plus facilement en voyage, étant moins fragiles qu'une grande tarte. Il faut étendre la pâte un peu plus mince que pour une grande tarte, la découper en rondelles de dimensions proportionnées aux moules à tartelettes, au moyen d'un découpoir rond cannelé pour les tartelettes rondes et d'un découpoir ovale cannelé pour les bateaux, appliquer ces rondelles de pâte dans les moules beurrés, en laissant dépasser un peu le rebord dentelé, puis les piquer, sucrer, garnir et cuire à four plus chaud que pour les tartes, 12 mn environ.

On peut aussi faire des tartelettes avec des rognures de pâte feuilletée.

Pour 20 tartelettes environ.

Pâte brisée avec 250 gr. de farine (voir recette page 153).

MADELEINES DE COMMERCY

Temps de cuisson, 20 mn

Mettre le beurre dans une terrine ou un saladier, le faire ramollir un peu au four si, toutefois, il est trop dur, et quand après l'avoir bien travaillé avec le fouet, il est devenu comme une pommade, y ajouter le sucre et continuer de toujours battre au fouet, 6 à 8 mn, puis ajouter un œuf entier, battre encore 3 mn, remettre un œuf et ainsi de suite, enfin terminer par la farine qui se mélange seulement à la spatule. Garnir alors au ras des moules à madeleines beurrés et farinés et les cuire à four bien chaud. Cette proportion donne de vingt à vingt-quatre madeleines, suivant la grandeur des moules qui est variable.

125 gr. de sucre . 125 gr. de farine . 125 gr. de beurre . 4 œufs entiers vanillés.

SABLÉS

Temps de cuisson, 15 mn

Mettre la farine en fontaine avec le reste des ingrédients au centre, pétrir la pâte avec les deux jaunes d'œufs durs passés au tamis. Laisser reposer au frais, surtout l'été où la pâte est ramollie par le beurre qui est en grande quantité. Quand elle est bien ferme, étendre cette pâte au rouleau, mais la tenir assez épaisse et la découper en sablés avec l'emporte-pièce spécial en forme d'éventail. Imprimer dessus un petit dessin, soit avec un bouchon cannelé, soit avec une fourchette appliquée dans les deux sens et les cuire à four très chaud sur tôle beurrée. Pas dorer à l'œuf.

150 gr. de farine . 100 gr. de beurre . 75 gr. de sucre en poudre . 2 jaunes d'œufs durs . un peu de sel . 1 zeste de citron ou autre parfum.

CROQUETS AUX AMANDES

Temps de cuisson, 25 mn

Pétrir le tout ensemble à pleines mains, sans autre liquide que l'œuf, pour obtenir une pâte ferme. La hacher alors grossièrement avec un grand couteau pour que les amandes se trouvent un peu coupées, puis ramasser la pâte et la rouler à deux mains sur la planche légèrement farinée, pour lui donner la forme d'un gros boudin ; placer ce boudin de pâte sur le milieu d'une tôle beurrée et l'aplatir un peu en forme de dos d'âne, c'est-à-dire plus épaisse au milieu qu'aux deux bords. Dorer le dessus à l'œuf,

le rayer avec la fourchette pour le quadriller, et cuire à four moyen. Quand ce gâteau est cuit et *refroidi*, le couper en travers en morceaux de la grosseur du doigt. Très bon pour le thé.

150 gr. de farine . 60 gr. de beurre . 80 gr. de sucre . 75 gr. d'amandes entières non épluchées . 1 œuf entier . 1 pincée de sel . 1 zeste de citron . 1/2 cuillère à café de levure en poudre.

NAVETTES

Temps de cuisson, 15 mn

Pétrir le tout fortement, puis ramasser la pâte en boule et la laisser reposer 2 h. Ensuite diviser cette pâte en petits morceaux de la grosseur d'œuf de pigeon, à peine (il en faut faire seize à dix-huit dans la quantité de pâte); rouler ces morceaux un par un à la main sur la planche légèrement farinée en leur donnant la forme de navettes, c'est-à-dire de cigares, les mouiller légèrement avec du blanc d'œuf et les rouler dans le sucre cristallisé ; les poser à mesure sur plaque bien propre, non beurrée et cuire à four modéré.

125 gr. de farine . 60 gr. de sucre . 60 gr. de beurre . sel vanillé ou autre parfum 2 jaunes d'œufs.

GALETTES A LA BALOISE

Temps de cuisson, 15 mn

On pile d'abord finement les amandes et le sucre, en y ajoutant les trois jaunes d'œufs, puis on met cette pâte au milieu de la farine ; on y ajoute le sel, la vanille et on pétrit le tout à la main pour obtenir une pâte ferme que l'on fait reposer 1 h au frais; l'étendre et découper en galettes ovales ; dorer le dessus et y poser une demi-amande.

125 gr. d'amandes . 150 gr. de farine . 125 gr. de sucre . 40 gr. de beurre 3 jaunes ou 1 œuf entier . vanille . sel.

GALETTES BRETONNES

Temps de cuisson, 10 mn

On pétrit la pâte que l'on roule en boule, on laisse reposer; puis on la divise en morceaux de la grosseur d'un œuf et on les aplatit en appuyant dessus avec une boîte farinée ; on les dore à l'œuf et on les raye au couteau ; puis on met au milieu de chacune une pincée de raisins de Corinthe, qui sont en plus des 60 gr. mis dans la pâte. Cuire à four chaud. Très bon pour le thé. On peut changer le parfum, la cannelle ne plaisant pas à tout le monde.

150 gr. de farine . 60 gr. de beurre . 60 gr. de raisins de Corinthe . 60 gr. de sucre . 1 œuf entier . 1 pincée de sel . 1 pincée de cannelle en poudre.

BAGUETTES FLAMANDES

Temps de cuisson, 8 mn

On met le sucre dans une terrine avec l'œuf et le jaune et on bat le tout énergiquement. Quand c'est un peu blanchi, on y ajoute la vanille et la farine, puis on couche à la poche ou on dépose à la cuillère sur plaque beurrée et farinée des bâtons de la grosseur du petit doigt et deux fois aussi longs. On recouvre ces bâtons avec les amandes hachées et on cuit à four modéré, 8 mn. Très bon pour le thé.

125 gr. de sucre . 125 gr. de farine . 60 gr. d'amandes hachées . 1 œuf entier 1 jaune d'œuf . vanille ou fleur d'oranger.

PALETS DE DAME

Temps de cuisson, 5 mn

On fait ramollir le beurre dans une terrine ; puis on y mélange le sucre et on bat le tout pendant 3 ou 4 mn au fouet. On y ajoute alors l'œuf entier et on continue à bien battre ; on termine par le mélange de la farine, ensuite des raisins que l'on a bien nettoyés et que l'on a fait tremper avec le rhum. Coucher en forme de macarons plats sur tôle beurrée et farinée ; cuire à four très chaud.

60 gr. de beurre . 60 gr. de sucre . 75 gr. de farine . 40 gr. de raisins de Corinthe 1 filet de rhum.

PARISETTE

Temps de cuisson, 5 à 6 mn

Faire une pâte à palets de dame, mais sans raisins de Corinthe ; puis faire sur une tôle beurrée et farinée de grosses pastilles que l'on saupoudre d'amandes hachées ou effilées et on les fait cuire à four très chaud.

PAINS SOUFFLÉS

Temps de cuisson, 10 mn

On mélange et pétrit le tout ensemble et on laisse reposer cette pâte, que l'on divise en morceaux de la grosseur d'une noix ; on les allonge en forme de navettes longues ; puis on les met sur plaque et on les dore. Ces petits gâteaux soufflent en cuisant.

125 gr. de farine . 60 gr. de beurre . 75 gr. de sucre . 1 œuf entier . zeste de citron . 1 prise de bicarbonate de soude.

MACARONS DE NANCY

Temps de cuisson, 12 à 15 mn

On pile les amandes en y ajoutant le sucre peu à peu, puis les blancs d'œufs crus également mis en plusieurs fois ; on parfume avec de la vanille et on doit obtenir une pâte molle, mais pas au point de s'étaler. On couche cette pâte à la poche, dans la forme comme sur des feuilles de papier et on cuit au four doux, après les avoir légèrement humectées d'eau et saupoudrées de glace de sucre. Pour les détacher du papier on les dépose sur une surface mouillée qui détrempe ce papier.

150 grammes d'amandes . 250 gr. de sucre . 3 petits blancs d'œufs . vanille 1 pincée de fécule.

MACARONS AU CHOCOLAT

Temps de cuisson, 12 à 15 mn

Même procédé que pour les macarons de Nancy ; on mélange le tout en pâte assez ferme ; on la divise en morceaux que l'on roule à la main ; on dresse sur papier, on aplatit avec le pinceau mouillé et on cuit à four modéré, comme les autres avec une pincée de sucre granulé dessus.

125 gr. d'amandes . 180 gr. de sucre . 60 gr. de chocolat fondu . 2 blancs d'œufs.

FLORETTES

Temps de cuisson, 15 mn

On fonce des moules à tartelettes assez profonds (un peu creux) avec une pâte brisée et on les garnit au fond, d'une très petite quantité de marmelade d'abricots, puis par-dessus on y met une cuillère de la pâte suivante : deux petits blancs bien battus d'œufs en neige très ferme, dans lesquels on mélange le sucre en poudre vanillé et 90 gr. d'amandes en poudre. On ajoute le kirsch et après avoir garni les tartelettes, semer dessus des amandes hachées un peu grosses. Saupoudrer de sucre et cuire à four modéré.

Proportions pour 15 à 20 florettes.

Pâte brisée avec 250 gr. de farine . 2 blancs d'œufs . 100 gr. de sucre en poudre 90 gr. + 40 gr. d'amandes . 1 cuillère à soupe de kirsch . marmelade d'abricots.

MIRLITONS DE ROUEN

Temps de cuisson, 15 mn

Mêmes moules à tartelettes que pour les florettes, garnis en débris de pâte feuilletée. On les pique fortement, on met au fond un peu de marmelade d'abricots ; puis on les remplit avec le mélange suivant : battre ensemble dans une terrine les œufs entiers et le sucre en poudre, bien faire mousser, puis y ajouter les macarons bien secs écrasés, ou des amandes en poudre et un peu de vanille, puis on dispose dessus trois moitiés d'amandes en forme de trèfle ; on saupoudre fortement de glace de sucre et on cuit à four modéré plutôt chaud dessous.

Pâte feuilletée . marmelade d'abricots . 2 œufs . 125 gr. de sucre en poudre 3 macarons . amandes.

GALETTES SALÉES

Temps de cuisson, 5 mn

Pétrir délicatement cette pâte que l'absence de sucre rendrait trop élastique. La laisser reposer 1 h ou 2, puis l'étendre excessivement mince avec le rouleau, la piquer fortement sur toute sa surface, en se servant d'une fourchette qui fait quatre piqûres à la fois, puis la découper avec un emporte-pièce rond uni de 5 à 6 cm. de diamètre. Les relever à mesure sur tôle beurrée puis passer sur le dessus un pinceau trempé dans le lait salé, légèrement. Cuire à four très chaud et aussitôt cuites, les badigeonner encore de lait salé. Lorsqu'elles sont froides, la lait s'est évaporé en laissant à la surface des galettes une légère croûte saline très agréable si elle n'est pas exagérée.

150 gr. de farine . 75 gr. de beurre . 5 gr. de sel fin . 3 ou 4 cuillères de lait froid.

LANGUES DE CHAT

Temps de cuisson, 5 mn

Mettre le beurre dans une terrine et le faire légèrement ramollir, mais légèrement pour lui donner la consistance d'une pommade un peu ferme, le travailler au fouet en y mêlant le sucre vanillé ; bien battre le mélange, pendant 5 mn. Ensuite y ajouter en quatre fois les blancs d'œufs et toujours en fouettant 2 mn chaque fois que l'on a mis du blanc, avant d'en remettre d'autre, et quand les blancs sont tous incorporés, sans s'inquiéter si la pâte a l'air tournée, retirer le fouet et mélanger la farine toute à la fois avec la spatule et finir par la crème. Mette la pâte dans une poche en toile avec la douille de langues de chat, douille ronde unie n° 11. Sur tôles légèrement beurrées et farinées, coucher des petits bâtonnets de la grosseur d'un crayon et de la longueur du doigt assez espacés les uns des autres, car les langues s'étalent à la cuisson et les porter à four très vif ; ces langues sont exquises, mais si on veut les conserver un jour ou deux, il faut les enfermer dans une boîte de fer blanc, comme d'ailleurs tous les gâteaux secs que l'air ferait ramollir.

100 gr. de beurre . 100 gr. de sucre . 125 gr. de farine . vanille . 3 blancs d'œufs . 6 cuillères de crème fraîche.

TUILES AUX AMANDES

Temps de cuisson, 5 mn

Battre ensemble le sucre et les deux blancs d'œufs, pendant 3 ou 4 mn, puis y mélanger la farine, le beurre fondu et les amandes coupées en petits filets minces dans la longueur. La pâte est faite rapidement. Beurrer et fariner une tôle ou deux, puis mettre sur cette tôle des petits tas de pâte d'une cuillère à café à peine, et les étaler un peu en galettes rondes, les poudrer de sucre glacé avec la petite poudrette à sucre, et les mettre à four bien chaud, 4 ou 5 mn suffisent en général. Aussitôt cuites, lever avec le couteau ces petites galettes et les déposer sur le rouleau à pâtisserie ou tout autre objet analogue sur lequel elles prennent la forme des tuiles en se refroidissant. Sont assez fragiles.

100 gr. de sucre en poudre vanillé . 50 gr. de farine 50 gr. de beurre . 2 blancs d'œufs.

Pour 30 pièces.

ALLUMETTES GLACÉES

Temps de cuisson, 12 à 15 mn

Étendre une bande de pâte feuilletée de la largeur de 10 cm. de l'épaisseur de 1,5 cm., et de la longueur proportionnée à la quantité d'allumettes que l'on veut ; sur cette bande, étaler une mince couche de glace royale, puis la parer sur les côtés et découper en morceaux de la largeur de deux doigts, soit 3 à 4 cm. Les relever délicatement et les déposer sur une tôle mouillée. Les cuire à four un peu chaud dessous, mais le moins chaud possible dessus pour ne pas colorer la glace royale.

Pour 15 à 20 allumettes.

Pâte feuilletée avec 250 gr. de farine . 1 petit blanc d'œuf . 250 gr. environ de sucre glacé.

GLACE ROYALE

Mélange de sucre glacé finement tamisé avec un demi-blanc d'œuf, ajouter le sucre peu à peu pour obtenir une pâte mollette coulante, mais pas liquide, le terminer avec une prise de farine, qui l'empêche de couler en cuisant.

PALMIERS GLACÉS

Temps de cuisson, 15 mn

Prendre de la pâte feuilletée ou même des débris de pâte feuilletée et leur donner deux tours, comme il est expliqué à la recette de la pâte feuilletée (voir page 153), mais en donnant ces deux tours, il faut poudrer fortement la pâte avec du sucre poudre pour en faire pénétrer une forte proportion dans la pâte.

Quand elle est ainsi préparée, l'étendre en un grand carré régulier assez aminci, mais pas trop, puis la ployer d'une façon tout à fait spéciale. Prendre un des bords devant soi, le replier deux fois sur lui-même et ceci fait, cette partie de la pâte repliée doit arriver au milieu du carré, de sorte qu'en faisant la même opération sur le bord opposé les deux doubles plis se rejoignent au milieu. Il ne reste alors qu'à refermer l'un sur l'autre ces deux plis pour que le morceau de pâte se présente comme une bande assez longue, dont l'épaisseur est constituée par quatre épaisseurs de pâte. Le travail est très facile, mais l'explication en est malaisée. Cette pâte étant apprêtée de cette manière, la couper en tranches d'un bon centimètre d'épaisseur et les placer à mesure sur une tôle bien propre (non beurrée) et assez éloignés les uns des autres. Ne pas les mettre comme ils se coupent, mais à plat sur la tranche, ce qui fait qu'ils s'étalent à la cuisson et c'est pourquoi on les espace. Cuire à four bien chaud surtout dessus, à l'inverse des allumettes, pendant une dizaine de minutes, un peu plus ou un peu moins suivant la grandeur qu'on leur aura donnée et qui est facultative.

Pâte feuilletée avec 250 gr. de farine . 125 gr. de sucre en poudre.

CHAUSSONS FEUILLETÉS AUX POMMES

Temps de cuisson, 20 mn

Étendre de la pâte ou des débris de pâte feuilletée en une grande abaisse de 1,5 cm. d'épaisseur et la découper en rondelles assez grandes avec un emporte-pièce cannelé de 8 cm. de diamètre. Mouiller le tour avec un peu d'eau et garnir le milieu d'un petit tas de marmelade de pommes bien froide, assez épaisse, replier la pâte pour enfermer la pomme et bien la souder tout autour. Les relever sur tôle, dorer le dessus à l'œuf, le rayer, piquer de deux coups de couteau, en traversant le gâteau et cuire à four bien chaud. Les chaussons peuvent se garnir de crème pâtissière ou aux amandes. Ils peuvent aussi se faire en un grand gâteau avec la pâte plus épaisse.

Pâte feuilletée avec 500 gr. de farine . marmelade de pommes avec 1 kg. de pommes.

MERINGUES

Temps de cuisson, 30 mn

Battre en neige très ferme les blancs d'œufs, puis y mélanger à la cuillère le sucre en poudre. Faire le mélange doucement, mettre cette meringue dans une poche avec une grosse douille ronde unie, puis sur une tôle beurrée et farinée faire couler la meringue en petits tas ovales de la forme de gros œufs qui seraient coupés dans la longueur en deux parties. A défaut de poche on peut faire tomber la pâte par grosses cuillerées à soupe. Ensuite, les poudrer fortement de sucre semoule ; retourner la tôle légèrement pour faire tomber l'excédent de sucre et les mettre à cuire à four doux, comme une étuve qui serait un peu chaude. Au bout de 12 à 15 mn elles sont légèrement blondies, et peuvent se décoller de la tôle, mais elles sont encore molles en dedans ; le blanc d'œuf est seulement poché. Il faut les décoller et appuyer un peu sur le dessous pour aplatir cette meringue mi-cuite et les creuser. Les remettre alors à l'étuve sens dessus dessous, c'est-à-dire le côté bombé dessous et les laisser sécher plusieurs heures ; ce n'est jamais trop sec. Les tenir alors enfermées dans une boîte au sec et elles peuvent se garder des mois. Pour les servir, on les remplit de crème Chantilly, ou, à défaut, on peut mettre de la crème pâtissière ou aussi de la glace vanille.

2 blancs d'œufs . 125 gr. de sucre semoule.

CHOUX A LA CRÈME

Temps de cuisson, 20 mn

Avec de la pâte à choux (voir page 154) faire soit à la poche, soit à la cuillère, des petits tas, grosseur de petites mandarines, sur tôles très propres, mais non beurrées. Dorer le dessus à l'œuf battu et cuire à four assez chaud, moyen. La pâte doit être non seulement cuite mais un peu sèche, car en refroidissant elle ramollirait. Ouvrir ces choux par une incision sur le côté et les remplir avec une crème pâtissière (voir page 138) dans laquelle on aura mélangé une proportion de blancs d'œufs en neige double de celle des jaunes ayant servi à faire la crème ; si celle-ci a été faite avec deux jaunes, il faut quatre blancs, mélangés dans la crème bouillante.

Pour 12 gros choux ou 48 petits.

Pâte à choux avec 4 œufs . crème pâtissière avec 1/2 litre de lait.

Petites tartelettes aux fruits ↑

Mirlitons de Rouen →

CONFISERIE DE MÉNAGE

CARAMELS MOUS AU CHOCOLAT

Temps de cuisson, 15 mn environ

Cuire dans un poêlon à sucre (cuivre pur) assez grand, le sucre semoule, la crème épaisse très fraîche, le cacao en poudre, le miel, le beurre. Réunir le tout dans le poêlon et délayer avec une spatule bien propre, sur un feu pas trop vif. Quand c'est bouillant, l'appareil monte, c'est pourquoi le récipient doit être assez grand, il peut à défaut de cuivre, être de nickel, ou d'aluminium, *mais pas d'ustensile étamé.*

Quand ce sirop commence à cuire, il redescend dans la casserole en épaississant, il faut alors s'entourer l'index d'un petit linge propre, le tremper dans un bol d'eau froide, placé près de la casserole, et frotter le tour de celle-ci pour faire dissoudre le sirop qui dépasse la masse et tenir très net le tour de la casserole ; on répète cette opération souvent à mesure que le sirop retombe.

On reconnaît le degré de cuisson du sucre en en prenant un peu que l'on plonge dans l'eau froide et il faut pouvoir le triturer dans l'eau sans qu'il se désagrège et que l'on puisse une fois refroidi en former, en le roulant entre le pouce et l'index, une petite boule un peu ferme, mais pas dure. C'est le degré de cuisson du sucre dit « au boulé » parce qu'il forme une petite boule comme une boule de gomme.

Le verser de suite sur un marbre huilé, dans un quadrilatère que l'on a formé avec quatre règles huilées également, de façon à ce que ce caramel ne soit pas trop étalé et trop mince ; le cadre le maintient de 3 cm d'épaisseur. Quand il est froid, le couper en petits carrés, mais *sans appuyer dessus,* en faisant avec un couteau assez grand, comme avec une scie.

250 gr. de sucre . 250 gr. de crème . 50 gr. de cacao . 1 cuillère à soupe de miel 25 gr. de beurre.

CARAMELS MOUS AU CAFÉ

Procéder exactement comme pour les caramels mous au chocolat, mais remplacer le cacao par une cuillère à café d'essence de café Trablit. Même degré de cuisson.

ORANGES GLACÉES AU SUCRE

Éplucher et partager en tranches, sans les écorcher, six ou huit belles oranges à peaux épaisses. Retirer soigneusement la peau blanche qui est très amère, les ranger sans qu'elles se touchent sur un tamis ou une grille et les faire sécher à la chaleur naturelle de la cuisine, pendant quelques heures ; ne pas les sécher trop vite, à l'étuve par exemple, cela les rendrait amères. Ensuite, cuire dans la casserole à sucre (cuivre pur, aluminium ou nickel) 250 à 300 gr. de sucre en morceaux mouillés avec une tasse à thé d'eau, ajouter un filet de vinaigre, et faites cuire à feu assez vif, mais seulement quand le sucre est fondu, parce que si le sucre cuit et épaissit avant d'être fondu, il ne peut plus fondre facilement et il tourne. Cuire ce sirop plus fortement que pour les caramels mous, jusqu'à ce qu'il commence à jaunir, mais pendant sa cuisson, il faut laver le tour du poêlon avec le doigt mouillé, comme il est dit pour les caramels mous au chocolat pour faire dissoudre les éclaboussures de sirop projetées par l'ébullition sur les parois de la casserole. Quand le sucre est cuit, on doit en faire refroidir un peu dans l'eau et il doit pouvoir se mâcher et s'émietter dans la bouche sans coller aux dents. Prendre délicatement chaque tranche d'orange par une petite extrémité et la

↑— Palmiers
←— Chaussons feuilletés aux pommes

tremper dans ce sucre aussitôt cuit. Pour ne pas se brûler les doigts, on ne les trempe qu'aux trois quarts et on les dépose à mesure sur leur base sur le marbre huilé ; puis quand on a fini, on redonne un bouillon au sucre qui s'est refroidi un peu et on reprend les tranches par l'autre bout pour tremper la partie qui n'a pas pu l'être à la première immersion. Refroidies, elles se détachent facilement du marbre et se mettent dans des petites caissettes en papier.

8 oranges . 300 gr. de sucre en morceaux . 1 verre d'eau . 2 cuillères à café de vinaigre.

CERISES GLACÉES AU CARAMEL

Faire cuire 200 gr. de sucre en morceaux, comme il est dit pour les oranges, et tremper dedans, en les tenant par le bout de la queue, des cerises à l'eau-de-vie, égouttées d'avance sur un tamis et séchées comme les oranges.

CERISES MARQUISE

On peut aussi tremper ces mêmes cerises à l'eau-de-vie dans un fondant au kirsch. Pour cela, délayer dans une très petite casserole 150 gr. de sucre glacé finement tamisé avec quelques cuillères d'eau et une cuillère à café de kirsch, de façon à obtenir une sorte de pâte mollette ; la faire chauffer en la remuant pour qu'elle soit un peu plus que tiède et tremper dedans les cerises qui doivent en être bien recouvertes. Si le fondant, qui s'éclaircit en chauffant, était trop clair, il suffirait de remettre un peu de sucre et s'il est trop épais on y met une goutte d'eau en plus. On peut en glacer la moitié blanches, et mettre deux gouttes de carmin dans le sucre pour glacer roses les autres cerises.

Les proportions de sucre données ci-contre sont valables pour 25 cerises environ.

CASSIS OU GROSEILLES GIVRÉS

Temps de préparation, 15 à 20 mn

Peuvent se faire avec des fruits conservés à l'eau-de-vie, mais se font très bien au moment de la maturité, avec des fruits frais. C'est un dessert original, simple et exquis. Faire fondre dans une tasse à thé d'eau et au bain-marie 100 gr. de gomme arabique (achetée chez l'épicier voisin). La fonte est assez longue, puis quand c'est bien fondu, tremper les grappes de groseilles ou de cassis dans cette gomme bouillante, bien les égoutter et les enterrer dans du sucre cristallisé assez fin. Quand le sucre, ayant adhéré à la gomme les recouvre, bien égoutter les grappes sur un tamis et les laisser sécher à chaleur très douce ; servir ces petites fantaisies dans les caissettes à petits fours. On peut faire ainsi des grains de raisins, des fraises et si les fruits sont à l'eau-de-vie, il faut les égoutter d'avance et laisser s'évaporer l'alcool.

24 grappes de groseilles . 250 gr. de sucre cristallisé très fin.

LES COMPOTES
ET
LES CONFITURES

LES COMPOTES ET LES CONFITURES

Pour 6 personnes

LES COMPOTES

Le plus simple certainement de tous les desserts et pouvant être fait en toutes saisons, puisqu'en France nous avons le privilège de vivre en un jardin qui se renouvelle perpétuellement. D'ailleurs, si parfois les fruits frais font défaut, il y a toujours à notre disposition les fruits frais séchés lesquels, sans prétendre à la finesse de goût des fruits de saison, constituent néanmoins un très bon dessert ; les pruneaux, par exemple, nés natifs d'Agen ou de la région, jouissent d'une réputation méritée, les pistoles, les abricots, poires ou pommes séchés se trouvent dans toutes les épiceries. Les fruits secs doivent être mis à tremper la veille, afin qu'ils récupèrent l'eau que la dessiccation en a éliminée. Voici quelques brefs exemples qui suffiront à vous initier au procédé ; le même pour toutes les compotes qu'il ne faut pas confondre comme on le fait souvent avec les marmelades.

COMPOTE DE POMMES

Temps de cuisson, 15 mn

Peler et couper en quartiers des pommes ne s'écrasant pas à la cuisson, autant que possible, les jeter dans un sirop bouillant composé avec l'eau et le sucre en morceaux, plus une demi-branche de vanille. Laisser cuire doucement et quand les quartiers de pommes sont cuits, les dresser en compotier, réduire un peu le sirop si on le juge trop abondant, et le verser sur les fruits. Servir froid.

1 kg. de pommes . 1/4 de litre d'eau . 150 gr. de sucre en morceaux . 1/2 gousse de vanille.

COMPOTE D'ABRICOTS

Temps de cuisson, 10 mn

Partager en deux des abricots pas trop mûrs et les cuire dans un sirop comme pour les compotes de pommes, mais surtout ne pas laisser bouillir le sirop, car l'abricot est un fruit si tendre qu'il suffit de deux ou trois bouillons pour en faire de la purée. Ne pas le peler pour servir.

1 kg. d'abricots . sirop avec 150 gr. de sucre.

COMPOTE DE PÊCHES

Temps de cuisson, 5 mn

Même procédé que pour les abricots ; les prendre assez mûres pour pouvoir ôter aisément le noyau quand elles sont partagées en deux. Les faire pocher avec la peau, de sorte que la couleur de la pêche s'imprime sur la chair. Quand elles sont cuites (6 à 8 mn) dans le sirop vanillé, enlever la peau qui se détache du reste d'elle-même. Si on les pèle avant de les faire cuire, elles seront toutes blanches, moins appétissantes par conséquent.

6 belles pêches . sirop avec 150 gr. de sucre.

COMPOTE DE FRAISES

Temps de cuisson, 10 mn

Faire un sirop avec moins d'eau car la fraise rend de l'eau en cuisant ; ajouter au sirop un peu de vanille et quelques gouttes de jus de citron. Oter le pédoncule à de belles grosses fraises, et les laver rapidement à l'eau très froide, les jeter dans le sirop qui doit donc être très épais, et les retirer sur le coin du feu. Les y maintenir 10 mn ainsi sans bouillir et les servir bien froides.

500 gr. de fraises . citron . sirop avec 150 gr. de sucre.

COMPOTE DE CERISES

Temps de cuisson, 10 mn

Procéder comme pour la compote de fraises, mais faire le sirop avec un verre de bon vin rouge en place d'eau ; de plus, il est préférable de parfumer le sirop de vin avec un peu de cannelle, et réduire ensuite ce sirop, qui, comme celui des fraises, s'est augmenté de tout le jus des cerises ; il sera également bien supérieur si on le lie avec un soupçon de fécule (tout chaud) avant de le verser sur les cerises. Servir glacé.

Les poires en compote peuvent se cuire aussi avec un sirop au vin.

1 kg. de cerises . 1 verre de vin rouge . sirop avec 150 gr. de sucre.

COMPOTE DE PRUNEAUX

Temps de cuisson, 20 mn

Les pruneaux doivent être moelleux, et non secs ; les faire tremper la veille avec le vin rouge et les faire cuire avec ce vin, augmenté d'un peu d'eau ou d'autre vin si les pruneaux, l'ayant absorbé, ils se trouvent trop à sec. Les cuire doucement ainsi sans sucre pour commencer ; c'est vers la fin de la cuisson que l'on ajoute le sucre, car les pruneaux sont très sucrés d'eux-mêmes. Les manger tièdes ou froids.

500 gr. de pruneaux . 1/4 de bouteille de vin rouge . 125 gr. de sucre.

COMPOTE DE RHUBARBE

Temps de cuisson, 25 mn

Couper les tiges de rhubarbe, en morceaux de 4 à 5 cm de long, après les avoir épluchées en enlevant la pellicule qui les enveloppe. Jeter ces morceaux dans un sirop très sucré, et peu d'eau, et les cuire sans bouillir, ce qui ne les empêchera pas de s'écraser la rhubarbe tombant en purée à la moindre ébullition. On peut aussi faire macérer les morceaux de la rhubarbe 3 ou 4 h avec une forte proportion de sucre en poudre. Cela fait, rendre l'eau à la rhubarbe, de sorte qu'au bout de ce temps, elle baigne presque dans une sorte de sirop, qui sera précisément employé pour la cuire ; on peut vaniller ou laisser nature. Avec ces quelques indications, toute ménagère peut servir de bonnes compotes, en employant de même façon, bananes, ananas, coings, etc....

1 botte de rhubarbe . 500 gr. de sucre . 1 verre d'eau.

LES CONFITURES

Ce chapitre intéresse particulièrement la ménagère, puisqu'il lui permet de pouvoir se constituer pour l'hiver une réserve de desserts succulents, sains, hygiéniques, générateurs de délicieuses tartines pour les enfants, retour de l'école ; le principe fondamental des confitures, c'est la cuisson des fruits avec, en général, leur même poids de sucre, mais il y a, pour chaque espèce de fruits, des principes particuliers, s'appuyant sur le degré de maturité, sa teneur en eau ou en sucre, etc., principes qu'il faut connaître si l'on veut conserver sa confiture sans qu'elle moisisse, ou qu'elle se cristallise. Ce sont là, en effet, les deux écueils où viennent trop souvent naufrager les confitures qui ont donné beaucoup de mal et employé beaucoup du temps si précieux de la ménagère.

Je souhaite que mes conseils vous aident à éviter ces écueils.

CONFITURE D'ABRICOTS

Partager en deux les abricots bien mûrs ; ôter les noyaux, et en conserver quelques-uns, puis mettre ces abricots dans une grande terrine et mélanger le sucre cristallisé, bien mélanger le tout et laisser ainsi macérer 24 h, ce qui fera rendre un peu de l'eau des abricots, de sorte que l'on peut mettre à cuire, sans ajouter d'eau ou très peu. Cuire dans la bassine à confitures, à feu assez vif en remuant constamment avec une grande spatule pour empêcher de brûler et attacher au fond ; on reconnaît le juste point de cuisson à ce que la confiture retombe de la spatule en flocons, quand on l'élève au-dessus. Mélanger alors dedans les amandes des noyaux d'abricots que l'on avait réservés et que l'on a cassés pour les en extraire. Donner deux bouillons et mettre en pots. Couvrir aussitôt.

4 kg. d'abricots . 3 kg. de sucre cristallisé.

CONFITURE DE FRAISES

Les confitures de fraises ou celles de cerises sont très souvent cristallisées au bout de quelques semaines ; cela tient à ce qu'en général on met trop de sucre. Il faut une demi-livre de sucre par livre de fraises, toutes épluchées ; cuire ce sucre avec assez d'eau pour le faire fondre, mais pas de trop pour ne pas perdre son temps à attendre qu'il ait atteint le degré voulu. Faire cuire ce sirop à feu vif jusqu'au degré dit « au soufflé », ce qui se reconnaît lorsqu'en trempant l'écumoire dans ce sirop déjà très épais, l'égouttant et soufflant fortement au travers. le sucre s'échappe des trous de l'écumoire, en petites bulles voltigeantes comme des bulles de savon que les enfants s'amusent à faire. A ce moment, jeter les fraises dedans et les laisser pocher, *sans bouillir*, 10 mn, sur le coin du fourneau. Les égoutter alors dans un tamis *de crin*, remettre à cuire ce sirop dans lequel les fraises ont rendu toute leur eau, et qui, de ce fait, a perdu la densité indiquée. Il faut ramener encore ce sirop au soufflé, y rejeter les fraises et les laisser encore mijoter pour les égoutter de nouveau, mais à fond, au moins 1 h. Cuire alors une troisième fois au fort soufflé, et y laisser mijoter les fraises ensuite une vingtaine de minutes,

Cette confiture doit à peine bouillir car les fraises se videraient de leur substance et deviendraient des petites baies racornies et sans saveur qui donneraient l'impression de manger des petits bouts d'éponges. Je conseille de vider sa confiture dans une grande terrine pour qu'elle refroidisse et de ne la mettre en pots que refroidie, parce que

mise aussitôt cuite, les fraises remontent au-dessus et y restent, et tout le fond des pots est de sirop. Tandis que refroidie, on la remue, la mélange et on l'empote ; elles ne pourront pas remonter et seront bien réparties.

2 kg. de fraises . 1 kg. de sucre.

CONFITURE DE CERISES

Exactement le procédé indiqué pour les fraises qu'il n'y a qu'à suivre en tout point ; même poids pour le sucre si la cerise est bien sucrée, et 3/4 de livre par livre de cerises pour la cerise sûre. On peut même mettre livre pour livre, mais toujours cuire en deux ou trois fois.

2 kg. de cerises . sucre variant entre : 1 kg. et 1 kg. 500.

CONFITURE DE PRUNES

Même procédé que pour la confiture d'abricots ; 750 gr. de sucre par kg. pour les prunes sucrées ; 500 gr. pour les quetsches.

CONFITURE DE POIRES

Peler et citronner les poires, les couper en quartiers et les faire cuire à moitié avec assez d'eau pour qu'elles soient juste baignées. Les égoutter et pendant ce temps, faire un sirop en ajoutant à l'eau de cuisson le même poids de sucre que de poires, jeter les poires dans ce sirop bien cuit et les laisser achever leur cuisson dedans, en cuisant assez vite pour que le sirop s'épaississe, se réduise et fasse la nappe. Mettre en pots aussitôt. Ne pas oublier de vaniller le sirop.

2 kg. de poires . 2 kg. de sucre.

GELÉE DE GROSEILLES

Presser des groseilles dans un torchon, peser le jus obtenu et le mettre à cuire avec le même poids de sucre cristallisé. Cela se cuit tout ensemble pas à trop grand feu, afin de pouvoir enlever à mesure avec l'écumoire l'écume — ou crasse — qui surnage dessus et qu'il ne faut pas jeter, car c'est très bon, et, bien qu'on ne puisse la laisser sur la confiture à cause de l'œil, on peut dire qu'elle est plus parfumée que la confiture elle-même.

On reconnaît la juste cuisson de la gelée de groseilles à ce qu'en la laissant retomber de l'écumoire les dernières gouttes s'en détachent difficilement et donnent déjà l'impression d'être en gelée. L'empoter aussitôt. On peut mêler un peu de jus de framboises à celui de groseilles.

2 kg. de jus de groseille . 2 kg. de sucre.

GELÉE DE COINGS

Peler les coings, les couper en quatre, les citronner et jeter dans l'eau froide à mesure, conserver le milieu avec les pépins que l'on enveloppe dans un carré de mousseline ; puis faire cuire ces coings recouverts largement d'eau froide avec le sachet de pépins, qui sont extrêmement gélatineux. Quand les coings sont bien cuits, ce qui est bien moins long que l'on serait tenté de le croire, les égoutter, peser le jus de cuisson et le mettre à cuire avec le même poids de sucre, et un zeste de citron ou d'orange, jusqu'à ce que cela fasse la gelée à l'écumoire comme il est dit pour la gelée de groseilles. Mettre en pots.

2 kg. de jus de cuisson . 2 kg. de sucre . 2 zestes de citron.

CONFITURE DE COINGS EN MORCEAUX

Après avoir cuit les coings pour faire la gelée, il est évident qu'on peut utiliser le fruit ; pour cela, on y laisse dedans un peu de cuisson, on sucre avec 350 gr. de sucre par livre de fruits environ et l'on fait cuire en remuant assez longtemps pour que ce soit bien cuit, cela s'écrase un peu forcément et ne peut se conserver très longtemps, mais il n'y a qu'à la consommer en premier.

2 kg. de coings . 1 kg. 400 de sucre.

CONFITURE DE MARRONS

Peler et cuire les marrons avec de l'eau, les égoutter et passer au tamis fin. Mettre dans la bassine à confiture le sucre cristallisé avec l'eau, une branche de vanille et faire cuire ce sirop jusqu'à ce qu'il soit très épais et fasse dessus des petits globules crevant assez difficilement. Mettre dans ce sirop la purée de marrons et continuer de cuire le tout ensemble en remuant à la spatule pendant une trentaine de minutes au moins. Il faut que la confiture ait une apparence compacte et que, si on en fait tomber une goutte dans de l'eau, elle s'y dépose au fond nettement comme une pastille. Mettre en pots.

2 kg. de marrons . 1 kg. 500 de sucre cristallisé . 1 litre d'eau.

CONFITURE DE RHUBARBE

Procéder comme pour la compote avec autant de sucre que de rhubarbe, et cuire longuement en remuant à la spatule jusqu'à ce que la marmelade formée soit assez compacte pour voir nettement apparaître le fond de la bassine dans le sillage de la spatule. Mettre en pots.

2 kg. de rhubarbe . 2 kg. de sucre.

NOTA. — Dans les confitures en général, c'est le manque de cuisson qui est la cause de la moisissure, il vaut donc mieux cuire un peu trop que pas assez, sauf cependant pour les gelées, qui ne sont plus en gelée, mais deviennent comme de la poix quand elles ont dépassé leur degré normal. Celles qui se cristallisent, le doivent à l'excès de sucre.

LES CONSERVES A LA MAISON

LES CONSERVES A LA MAISON

Voici quelques recettes de conserves faciles à préparer à la maison, et ne nécessitant point un outillage compliqué ni un matériel onéreux. Ces conserves de fruits peuvent rendre de grands services l'hiver pour confectionner de bons entremets et d'excellentes tartes.

CONSERVE DE CERISES AU NATUREL

On dénoyaute de bonnes cerises, anglaises ou Montmorency, on les met dans des litres à gros goulots ou des flacons spéciaux, en les y tassant un peu. On y verse dessus un sirop à peine sucré à raison de 100 gr. de sucre vanillé par litre d'eau. Il n'est pas nécessaire de remplir les flacons plus qu'à moitié, car il faut tenir compte de l'eau que les cerises vont rendre. On bouche hermétiquement bouteilles ou flacons et on les met debout dans une grande marmite d'eau froide, de façon à ce que l'eau arrive jusqu'au col de la bouteille. On place sur le feu et on donne 8 mn d'ébullition pour les litres, 6 mn pour les demi-litres. On laisse refroidir à moitié avant de les sortir de l'eau.

Sirop : 100 gr. de sucre pour 1 litre d'eau.

CONSERVE D'ABRICOTS POUR TARTES

On partage en deux des abricots pas trop mûrs, on les range dans des boîtes ou flacons de verre en les serrant un peu et on les recouvre d'un sirop comme pour les cerises, puis on ferme soit en faisant souder si ce sont des boîtes de fer blanc, ou suivant le système de fermeture adéquat aux récipients. On fait ébullitionner comme les cerises pendant 25 mn pour les litres, 20 mn pour les demis.

CONSERVE D'ABRICOTS AU SIROP POUR ENTREMETS OU COMPOTES

Les abricots à peine mûrs, préparés comme il est dit ci-dessus, mais les couvrir avec un sirop composé de 350 gr. de sucre par litre d'eau et vanillé. Pour le reste se conformer à la recette ci-dessus.

Sirop : 350 gr. de sucre pour 1 litre d'eau.

CONSERVE DE MIRABELLES AU NATUREL

Pour les tartes et même pour servir comme compote l'hiver, il faut dénoyauter des mirabelles en les laissant entières, les mettre dans des boîtes ou flacons et les recouvrir d'eau bouillie sucrée à 150 gr. au litre d'eau. Boucher hermétiquement et ébullitionner 30 mn pour les boîtes de la contenance d'un litre et 20 mn pour les demis.

Sirop : 150 gr. de sucre pour 1 litre d'eau.

CONSERVE DE LÉGUMES

Il faut que la ménagère puisse conserver à la saison de l'abondance surtout si elle a un jardin, les légumes que l'hiver raréfie.

Je ne parlerai pas des asperges, ni des fonds d'artichauts ; conserves assez délicates qui sont susceptibles de donner des mécomptes, mais les pois, les haricots verts, la purée de tomates et les cornichons sont très faciles à réussir en opérant comme indiqué pour ces légumes.

CONSERVE DE PETITS POIS

Il faut trier les pois à mesure qu'on écosse, de façon à avoir séparément les fins et les gros ou moyens, le temps de cuisson n'étant pas le même pour les différentes grosseurs. Faire bouillir de l'eau légèrement salée, en assez grande quantité et y jeter les pois ; leur donner de 5 à 8 mn d'ébullition suivant la grosseur, puis les égoutter, les rafraîchir sous le robinet, ensuite les mettre en boîtes ou en bocaux, jusqu'à un bon centimètre du bord, et les recouvrir avec un jus préparé en faisant bouillir de l'eau salée à raison de 20 gr. de sel de cuisine par litre d'eau ; y ajouter 10 gr. de sucre et laisser refroidir avant de couvrir les pois ; fermer les récipients et les ébullitionner 40 mn pour les demi-litres et 50 mn pour les litres. Laisser presque refroidir dans l'eau, surtout si la conserve est faite dans des bocaux ou bouteilles en verre. Lorsqu'elle est faite dans des bouteilles ordinaires, elles doivent être bien bouchées avec de bons bouchons neufs ébouillantés, puis ficelées, et quand la conserve est refroidie, cirer les bouteilles et les tenir couchées au frais.

Liquide de remplissage : 20 gr. de gros sel et 10 gr. de sucre pour 1 litre d'eau.

CONSERVE DE HARICOTS VERTS

Éplucher les haricots et les faire également blanchir à l'eau bouillante comme les petits pois de 3 à 5 mn, suivant grosseur, les égoutter, rafraîchir, mettre en boîte et recouvrir d'eau salée, *mais non sucrée* ; les boucher et ébullitionner pendant 30 mn pour les demi-litres et 45 mn pour les litres ; cependant, si les haricots sont très fins ou très gros, le temps d'ébullition peut être diminué ou augmenté suivant le cas,

Liquide de remplissage : 20 gr. de sel pour 1 litre d'eau.

CONSERVE DE HARICOTS VERTS AU SEL

Deux méthodes : soit après avoir épluché et blanchi les haricots comme pour les conserver en boîtes, les ranger dans un tonnelet par couches de haricots alternées avec des lits de gros sel ; mais il vaut mieux, à mon avis, faire une saumure en faisant bouillir assez d'eau salée pour recouvrir vos haricots. Il faut que la saumure pèse 10 degrés au pèse-sel ; instrument qui coûte une dizaine de francs à peine, mais, à défaut, voici comment il faut faire : mettez à froid du sel dans de l'eau et quand il est bien fondu prenez un œuf que vous plongerez dans la saumure Celle-ci sera à point quand l'œuf surnagera. Alors faire bouillir cette saumure et la verser froide sur les haricots verts. Au bout de quatre ou cinq jours vérifier la saumure par le même procédé, afin de voir sa densité, car les haricots auront rendu leur eau de végétation. Faire rebouillir cette saumure pour la ramener à 10 degrés et quand elle est refroidie, la verser de nouveau sur les haricots. Avec ce système, vous pouvez mettre les haricots à mesure que vous en aurez récolté une certaine quantité, et comme ils doivent toujours bien baigner, il faut les couvrir d'une planche chargée d'un pavé, afin qu'ils ne flottent pas à la surface.

Pour les utiliser, il faut les tremper 24 h à l'eau froide souvent renouvelée et les cuire comme des frais.

CONSERVE DE HARICOTS PAR DESSICCATION

Si l'on a un jardin qui donne en abondance des haricots flageolets ou blancs, il suffit, lorsqu'ils sont à maturité de les cueillir par bottillons et de les suspendre dans un endroit sec mais aéré ; quand ils sont secs on les écosse à mesure des besoins.

CONSERVE DE TOMATES ENTIÈRES

Choisir des tomates mûres sans excès, bien fermes et pas trop grosses, les équeuter, les essuyer, puis les ranger dans les bocaux où elles tiennent à peu près en les mettant les unes sur les autres. Verser dessus de l'eau bouillie salée avec 180 gr. de sel par litre d'eau et refroidie. Ajouter deux doigts d'huile pour soustraire les tomates au contact de l'air, les boucher et tenir au frais.

Les tomates se gardent ainsi presque sans ramollir, et on peut les farcir comme si elles étaient fraîches.

Liquide de remplissage : 180 gr. de gros sel pour 1 litre d'eau.

CONSERVE DE PURÉE DE TOMATES

Cuire dans une marmite les tomates bien mûres, mais saines, avec le sel, quelques grains de poivre, les oignons émincés, le bouquet garni, les remuer de temps à autre sur le feu et les cuire ainsi en les écrasant simplement pendant une vingtaine de minutes. Les égoutter à fond, puis les passer au tamis fin avec le pilon de bois, remettre la purée à bouillir et la mettre aussitôt en petites bouteilles d'un quart de litre environ. Bien les boucher et les mettre à bouillir avec de l'eau jusqu'au collet, en entremêlant les bouteilles avec du foin, de la paille ou des linges, afin qu'elles ne se heurtent pas en bouillant, précautions à observer pour toutes les conserves en bouteilles. Les ébullitionner 30 mn, puis cacheter les bouteilles à la cire quand elles sont froides. Les laisser refroidir dans l'eau d'ébullition.

**Pour 2 litres de purée environ : 6 kg. de tomates . 1 cuillère à soupe de sel
10 oignons . 1 gros bouquet garni.**

CONSERVE DE CORNICHONS AU VINAIGRE

Voici une bonne façon pour avoir des cornichons bien verts et fermes sans y ajouter aucun produit chimique. On met les cornichons dans un torchon avec une grosse poignée de sel fin et on les frotte en les enfermant bien dans le torchon que l'on secoue énergiquement jusqu'à ce qu'il commence à être mouillé par l'eau que les cornichons rendent. On suspend alors le torchon sur l'évier et on le laisse jusqu'au lendemain.

Ensuite, on les ressuie dans un autre linge, puis on fait rougir sur le feu un poêlon, tout en cuivre ; quand il est rouge, on y verse du vinaigre en quantité suffisante pour que les cornichons baignent. Quand il est bouillant, on verse ce vinaigre dessus et on les laisse 24 h, puis le lendemain on recommence à rougir le poêlon et à faire rebouillir le vinaigre une seconde fois pour le reverser encore tout bouillant sur les cornichons. Le troisième jour même opération, mais avec du vinaigre neuf, celui des cornichons étant éteint par l'eau qu'ils ont rendue

Sur les cornichons, on met des petits oignons et de l'estragon, ainsi qu'un ou deux petits piments, mais le troisième jour seulement, avant de verser ce dernier vinaigre bouillant On peut consommer quinze à vingt jours après, Les cornichons sont verts et croquants, délicieux

**500 gr. environ de cornichons . 20 petits oignons . 1 branche d'estragon
1 petit piment rouge . 1 litre environ de vinaigre blanc.**

CONSERVE D'ESTRAGON

De même si l'on a beaucoup d'estragon, il faut l'effeuiller et le mettre dans des petits bocaux, les couvrir de vinaigre et bien boucher les flacons Il faut, comme pour les cornichons, des bouchons de liège ; s'il n'y a que du papier, le vinaigre s'évapore et au bout d'un mois il en manque la moitié

CONSERVE D'OSEILLE

Éplucher et laver de l'oseille et la faire fondre au beurre dans une casserole ; la laisser cuire ainsi jusqu'à ce qu'elle ne conserve plus d'eau, l'assaisonner et la mettre en boîtes ; fermer et ébullitionner 1 h pour les litres, 40 mn pour les demi-litres.

Conservée ainsi, l'oseille convient pour faire des soupes.

On peut aussi la cuire à l'eau, l'égoutter, la passer au tamis et la mettre en conserve de la même façon ; il y a encore un troisième procédé qui consiste à réduire fortement la purée sur le feu, la mettre dans des petits pots de grès et la recouvrir bouillante avec une couche de saindoux bouillant.

CONSERVE D'ŒUFS

La science met aujourd'hui à notre disposition des procédés de conservation pour les œufs, qui sont extrêmement simples. Les combinés Barral par exemple, permettent de conserver les œufs sans autre forme de procès que de les plonger dans la composition à mesure de la ponte.

En dehors de ce procédé, il en existe une quantité, qui ne sont pas tous fameux ; mais l'essentiel est de ne mettre en conserve que des œufs bien frais. De tous les systèmes préconisés la conserve à l'eau de chaux est encore la moins mauvaise.

CONSERVE DE BEURRE

A l'époque où le beurre est le meilleur marché, il est bon d'en faire provision. Pour le conserver il y a deux moyens recommandables : par le salage et par la cuisson.

Si on veut le saler, il faut d'abord le pétrir dans une terrine d'eau courante pour faire sortir le petit lait qui peut rester, puis quand l'eau est bien claire, mettre le beurre sur la planche mouillée ; écraser avec le rouleau du sel de cuisine, et ensuite bien triturer le tout pour que l'assemblage soit intimement fait. Le mettre dans un pot en grès avec un doigt d'eau salée par-dessus.

30 gr. de gros sel pour 1 kg. de beurre.

BEURRE CUIT

Mettre le beurre dans une marmite ou une casserole haute et bien plus grande qu'il ne paraît nécessaire parce que si, par mégarde, la cuisson se fait trop vite à un certain moment, le beurre mousse et monte. Il risque donc de déborder dans un récipient trop juste. Cuire tout doucement ce beurre jusqu'à ce qu'il soit bien clair, limpide et que l'on voit au fond une sorte de granulation roussâtre qui est produite par la cuisson du petit lait. Laisser tiédir et mettre en pot en le décantant pour ne pas mettre le fond, qui peut être employé car on ne le jette pas, pour mettre dans certains légumes secs ou choux, pommes sautées, etc....

LES BOISSONS
LES VINS
LES SIROPS

LES BOISSONS - LES VINS - LES SIROPS

LES BOISSONS

CAFÉ

Nous croyons utile d'indiquer comment faire un bon café ; tout d'abord, il faut du bon café, brûlé à point et convenablement dosé dans son mélange, car il faut un mélange de Bourbon, Moka, Martinique et Brésil, et cela vous ne pouvez le faire vous-même. En conséquence, il faut s'adresser à des maisons sérieuses ; il y en a.

Le café doit être moulu assez fin et au moment de faire le café seulement, parce que le café moulu s'évente plus vite que le grain et cependant celui-ci doit être tenu dans une boîte ou mieux un bocal de verre bien fermé.

Mettre dans son filtre une cuillère à soupe de café moulu par personne, puis verser d'abord une grande tasse d'eau bien bouillante et laisser ainsi une dizaine de minutes, afin que le café se gonfle, ce qui fera mieux développer son arôme lorsque l'on versera ensuite par tasse à la fois, le reste de l'eau toujours bien bouillante ; et pour éviter le refroidissement du café, avoir soin de tenir le filtre au bain-marie pendant ce temps, le grand mérite du café étant d'être servi bouillant pour faciliter la digestion en aidant à la dissolution des graisses ingérées avec les aliments.

Les cafetières ou filtres en terre vernissée sont recommandables.

CHOCOLAT

Pour faire un bon chocolat, faire dissoudre une tablette (par personne) de 40 gr. environ dans un peu d'eau, puis quand ce chocolat est bien cuit, ajouter le lait nécessaire ; laisser cuire doucement 5 mn.

6 tablettes de chocolat . 1 litre de lait.

CACAO

Une cuillère à soupe pas trop bombée de cacao en poudre par tasse à déjeuner fondue avec un peu d'eau, puis ajouter le lait et sucrer au goût du consommateur. On trouve aujourd'hui dans le commerce une multitude de produits composés pour obtenir instantanément un petit déjeuner ; les uns sont très bons, d'autres quelconques, mais je ne crois pas qu'aucun soit nuisible à la santé, le service des fraudes alimentaires exerçant là-dessus une stricte surveillance.

CAFÉ VIENNOIS

Il s'agit d'un café au lait, mais on remplace le lait par de la crème douce, puis en servant, on y dépose dessus une cuillère de crème fouettée. L'été on le sert glacé.

1 tasse de café . 1 à 3 cuillères à soupe de crème fraîche liquide suivant les goûts.

CHOCOLAT A LA VIENNOISE

Préparer le chocolat comme il est dit plus haut et le laisser un peu refroidir, puis y ajouter un jaune d'œuf et le remettre au feu, mais ne pas le pousser tout à fait à l'ébullition, le fouetter en le sortant du feu et le servir avec une cuillère de crème fouettée dans chaque tasse.

6 tablettes de chocolat . 1 litre de lait . 3 jaunes d'œufs . 6 cuillères à soupe de crème fouettée.

THÉ

Le thé a pris droit de cité chez nous et l'on en consomme en France presque autant qu'en Angleterre et le *Five-o'Clock* sera bientôt une locution française, la chose l'étant déjà. Il en est pour le thé comme pour le café il faut un mélange de diverses provenances : Sou-Chong, Annam, Ceylan. Chacun sait qu'il suffit de verser de l'eau bien bouillante sur les feuilles de thé, mises dans la théière chauffée à l'eau bouillante et l'on peut procéder comme les Britanniques.

Verser d'abord un peu d'eau bouillante pour ouvrir les feuilles, puis 5 mn après mettre le reste de l'eau. Le thé s'infuse très rapidement et se sert avec du lait ou de la crème et des morceaux de citron, les uns préférant le lait et d'autres l'acidité du citron qui éclaircit le thé et donne une impression plus fraîche à la bouche. Une très petite cuillerée à café par tasse est suffisante.

THÉ A LA MENTHE

C'est quelque chose de très bon, et il n'y a qu'à mélanger une ou deux feuilles de menthe poivrée au thé ou encore quand on a la menthe fraîche, on en met une feuille dans chaque tasse et on verse le thé dessus ; en quelques instants les deux arômes se confondent agréablement.

BAVAROISE AU CHOCOLAT

Sur le chapitre des boissons chaudes, parlons de la bavaroise qu'il ne faut pas confondre avec l'entremets froid qui s'appelle le bavarois. Travailler en casserole haute et étroite, les jaunes d'œufs avec le sucre en poudre. Quand c'est bien blanchi, y mélanger le chocolat cuit avec un demi-litre de lait, verser encore une tasse à déjeuner de sirop de capillaire et cuire cette composition en roulant le fouet entre les deux mains pour faire bien mousser la crème. Ne pas laisser bouillir et servir chaude en tasses. La bavaroise se fait au café ou au thé en remplaçant le chocolat par un café au lait ou par du thé en infusion.

4 jaunes d'œufs . 100 gr. de sucre en poudre . 4 tablettes de chocolat . 1/2 litre de lait . 1/4 de litre de sirop de capillaire.

VIN CHAUD

Mettre dans une casserole la bouteille de vin rouge de Bordeaux, le sucre, le zeste de citron, le clou de girofle et la cannelle. Chauffer sans laisser bouillir, mais tout juste à ce point où une mousse blanche décèle la proche ébullition. Servir dans des verres avec une rondelle de citron dedans.

1 bouteille de vin rouge . 180 gr. de sucre . 1 morceau de zeste de citron . 1 clou de girofle . 1 pincée de cannelle.

PUNCH AU RHUM

Faire une infusion de thé assez forte et la sucrer à raison de 200 gr. de sucre pour un demi-litre, chauffer un demi-litre de rhum et le verser sur le thé, puis flamber et servir bouillant avec une rondelle de citron dans chaque verre.

30 gr. de thé . 1/2 litre d'eau . 200 gr. de sucre . 1/2 litre de rhum . 6 rondelles de citron.

GROGS

Verser dans les verres contenant deux morceaux de sucre chacun de l'eau bouillante aux trois quarts, finir de remplir de rhum et mettre un rond de citron.

1 décilitre 1/2 d'eau . 3 cuillères à soupe de rhum . 2 morceaux de sucre
1 rondelle de citron.

TISANES ET INFUSIONS

On sert souvent à l'issue du dîner des infusions de tilleul, menthe, anis, verveine, camomille. Toutes se font de même, en plaçant les feuilles ou les fleurs dans une théière et en versant l'eau bouillante dessus ; laisser 5 mn infuser. Il y a des mélanges qui donnent de très agréables infusions, par exemple le tilleul et la menthe, le tilleul et l'anis étoilé.

LAIT DE POULE

Il s'agit d'un bol de lait bouillant bien sucré, additionné de rhum ou de cognac et dans lequel on mélange, hors du feu, dans le bol, un jaune d'œuf, ou même un œuf entier battu. Servir un peu mousseux.

Très recommandé pour les rhumes ou bronchites, c'est un reconstituant énergique.

LES AUTRES BOISSONS

En France, nous avons, outre le vin, le cidre, boisson agréable faite avec des pommes, la bière dont le Nord et l'Est font une grande consommation, le poiré, comme son nom l'indique fait avec des poires ; mais cette boisson est surtout employée champagnisée.

Indépendamment de ces boissons, on fait souvent, dans son ménage, des boissons économiques et hygiéniques soit une sorte de cidre fait avec des pommes sèches que l'on fait tremper et fermenter avec cinq ou six fois leur volume d'eau, en y ajoutant 5 % de sucre de canne et quelques grains de képhir. Quand la fermentation est acquise, on a un cidre pétillant, mousseux, très plaisant l'été, qu'il suffit de tirer au tonneau ou de mettre en bouteilles, ficelées et couchées.

FRÊNETTE

Comme son nom l'indique, c'est avec des feuilles de frêne que l'on obtient cette boisson extra-économique, plaisant aux enfants. Il faut mettre dans un tonneau une infusion de 150 gr. de feuilles de frêne, obtenue en faisant bouillir les feuilles dans 10 litres d'eau environ, en y ajoutant une cuillère à soupe de chicorée, 40 gr. de levure et 50 gr. d'acide tartrique. Ajouter aussi 500 gr. de sucre et quand cette coction est bien faite la laisser refroidir et la passer pour la verser dans le tonneau que l'on finit de remplir d'eau à 5 cm. de la bonde pour laisser la place à la fermentation qui doit être achevée en une dizaine de jours.

On tire au tonneau. Ne pas en faire trop à la fois.

LES VINS

La réputation de nos vins n'étant plus à faire, je n'effleure ce chapitre que pour vous indiquer les règles générales.

Disons tout d'abord que *les vins de Bordeaux* doivent se servir un peu chambrés, c'est-à-dire être tenus dans la salle à manger quelques heures d'avance ou seulement une demi-heure si la pièce est chauffée.

Le Champagne, on le sait, se sert entouré de glace dans des seaux spéciaux.

Le Bourgogne, lui, se sert froid parce qu'il est très capiteux et prend son arôme surtout à la chaleur du palais, cependant quand il fait très froid, il faut le dégourdir un moment.

Le Bourgogne doit se verser sans être agité, dans un panier spécial et le fond de la bouteille n'est jamais versé, car il peut s'y trouver du dépôt ou du tanin dont ce vin est chargé.

Le Bordelais comprend trois régions réputées : le Médoc, le Saint-Émilion, le Graves ; les deux premiers comportent les vins rouges, Médoc, Saint-Estèphe, Saint-Émilion, Saint-Julien, Listrac, Fronsac, Montrose, Pontet-Canet, Langon, Léoville, Lafitte, Margaux, Haut-Brion, Latour. Ces derniers parmi les plus hauts cotés.

Les blancs comprennent les Sauternes et Graves dont les vignobles donnent ces fameux Château-Yquem, Rieussec, Barsac, Lamothe, Cerons-Bayle, Langoiran, Loupiac, Rions, etc.

Les vignobles de Bourgogne produisent les Beaune, les Nuits, les Saint-Georges, Chambertin, Montrachet, Meursault, Musigny, Pommard, Corton, Clos-Vougeot pour ne citer que les grands noms de l'armorial, sans nous occuper des Mâconnais et Beaujolais excellents eux aussi.

La Touraine et l'Anjou produisent aussi d'excellents vins plus légers dont le Vouvray, le Saumur, le Chinon, le Bourgueil ont acquis une réputation méritée.

Les côtes du Rhône ont à leur actif quelques pièces dignes de figurer sur notre blason vinicole, ne serait-ce que le fameux Châteauneuf-du-Pape.

Le Rhin redevenu français enrichit, lui aussi, notre cellier de ses Johannisberg, Nierstner, Rudeisheimer, Saverne, Geisburg, Riquewhir, etc.

Et, enfin, pour clore ce chapitre *la Champagne* nous a dotés de cette mousse pétillante comme l'esprit français, dans les perles de laquelle se lisent les qualités et les défauts de notre race. C'est le vin de toutes les réunions, de toutes les fêtes de famille.

Il verse dans les coupes un peu de ce soleil qu'il recèle dans sa mousse et qui nous réchauffe le cœur par la gaieté qu'il répand. On aime entendre sauter le bouchon et c'est lui qui prélude à toute chanson.

ORDRE DE SERVICE DES VINS

Dans un dîner, les vins doivent constituer une gamme allant du plus léger au plus généreux.

Si on sert Madère, Porto ou Xérès, c'est avec le potage, ou plus exactement avant.

On servira ensuite avec le poisson un vin blanc assez léger de Bordeaux ou Bourgogne.

Avec les plats en sauces appelées : les entrées, on sert Médoc ou Saint-Émilion.

Avec le rôti, un grand Bordeaux rouge ou, si ce rôti est du gibier, on donnera un grand cru de Bourgogne, Pommard ou Beaune-Hospice.

Avec les plats de viandes froides, les aspics, les mousses, les foies gras un Bourgogne également de grande marque.

Un vin blanc doux (Sauternes) accompagne la glace et, enfin, le Champagne avec les fruits et les desserts.

LES SIROPS

SIROP DE GROSEILLES

Exprimer le jus de 2 kg de groseilles rouges, et laisser reposer 24 h. Ensuite, le peser et le mettre au feu dans un instrument de cuivre brut avec deux fois son poids de sucre ; donner deux ou trois bouillons, écumer, et faire refroidir, puis mettre en bouteilles et fermer hermétiquement. Ne pas cuire trop car cela deviendrait en gelée.

SIROP DE CERISES

Piler 3 kg. de cerises en écrasant les noyaux avec. Laisser 24 h macérer, passer au torchon et pour 2 kg. de jus, mettre 2,500 kg. de sucre. Procéder comme ci-dessus.

SIROP DE FRAMBOISES

Exactement comme pour le sirop de groseilles. Ces sirops se consomment étendus d'eau fraîche.

LIQUEUR DE COINGS

Cette liqueur s'obtient de très simple façon.

Il ne s'agit pas des liqueurs distillées de grandes marques, mais de quelque chose de délicieux que l'on peut faire chez soi. Peler des coings bien essuyés et mettre les pelures dans un bocal avec de la bonne eau-de-vie à 60° environ et laisser macérer six semaines, puis on fait cuire ensemble ; pour une bouteille d'eau-de-vie, 350 gr. de sucre avec un petit demi-litre d'eau. Quand ce sirop a bouilli 5 mn, le faire refroidir, puis y mélanger l'eau-de-vie de coings passée au linge.

Liqueur précieuse pour les maux de ventre.

EAU DE COINGS

Couper en quatre des coings bien mûrs, les écraser au mortier et les faire macérer 48 h avec assez d'eau pour les baigner. Exprimer le jus, y ajouter une égale quantité d'eau-de-vie à fruits et 300 gr. de sucre par litre, un peu de cannelle, un clou de girofle et laisser infuser deux mois.

Passer au linge et mettre en bouteilles. Excellent aussi pour les affections entéritiques.

CURAÇAO DE MÉNAGE

Là encore, cette liqueur ne se compare pas au Cointreau et autres Bols Blancs, mais c'est bon et facile à faire.

Faire sécher au-dessus du fourneau un chapelet d'écorce d'oranges, jusqu'à ce qu'elles soient cassantes. Les laver et les faire macérer six semaines dans du rhum ou de l'alcool, puis faire un sirop comme pour la liqueur de coings et y faire infuser le zeste de trois oranges fraîches.

Laisser refroidir et mélanger l'alcool dedans. Ce curaçao peut nous servir pour parfumer une crème, un gâteau, un fondant.

CERISES A L'EAU-DE-VIE

On met dans l'alcool à 45° de belles cerises dont on a écourté les queues ; on y ajoute dans chaque bocal une gousse de vanille, un clou de girofle et, après avoir bouché hermétiquement, on laisse macérer un mois et plus ; puis on y ajoute une petite quantité de sucre cuit en sirop assez épais et refroidi. Il faut observer que l'on a l'habitude de faire macérer les fruits au soleil ; à mon avis, c'est un tort, car l'alcool s'échauffant, se volatilise et se détériore ; il vaut mieux les laisser à l'ombre.

On peut apprêter de la même manière les cassis, les framboises, mais on sucre un peu plus.

PRUNES A L'EAU-DE-VIE

On prend des prunes de reine-Claude pas trop mûres ; on les essuie et on les pique avec une aiguille tout autour, puis on les met dans un bassin de cuivre rempli d'eau dans laquelle on jette 1 gr. de sulfate de cuivre par litre d'eau pour conserver la couleur des fruits. On met au feu jusqu'à ce que l'eau épingle c'est-à-dire que l'on voit monter à la surface des petits points comme des têtes d'épingles. Faire rafraîchir aussitôt, puis égoutter, mettez en bocaux et verser dessus un mélange de sirop et d'eau-de-vie blanche à 45°, dans les proportions d'un tiers de sirop pour deux tiers d'eau-de-vie, et observez que les prunes doivent baigner. Laisser macérer six semaines. Les mirabelles se font de la même façon ainsi que les abricots ou les pêches, mais ce sont les cerises, cassis et prunes qui sont le plus généralement préparés de cette façon.

LES RÉGIMES

LES RÉGIMES

Il y a à notre époque une sorte de snobisme qui consiste à dire que l'on est au régime et si tant de personnes y sont mises par leurs docteurs, je crois que bien souvent ceux-ci n'agissent ainsi que pour faire plaisir à leurs clients.

Certes, je ne nie pas que ce soit parfois une nécessité, bien pénible alors pour ceux qui y sont astreints et qui voient défiler sur la table des quantités de bonnes choses qu'ils aiment, mais que la Faculté leur interdit, car il est remarquable que c'est toujours ce que l'on aime le plus qui vous aime le moins.

C'est pour ces malheureux voués au supplice de Tantale que j'ai interrogé des docteurs et leur ai demandé de répandre un peu de leur savoir dans ce petit ouvrage, car ce chapitre dépasse ma compétence et je ne veux pas me donner une allure pédantesque loin de mon caractère ; c'est avec la référence de docteurs spécialisés que je transcris dans ce chapitre leur propre prose que leur modestie n'a pas voulu signer.

Examinons seulement les cas les plus fréquents pour lesquels un régime s'impose, mais pour lesquels les conseils du docteur traitant sont à la base de tout traitement.

Il est certain que l'on ne peut donner ici qu'une vue générale du régime pour chaque affection, car seul le docteur qui connaît son malade, son âge et son tempérament peut modifier, atténuer ou aggraver le régime suivant les réactions du patient. Ne consultez donc le tableau suivant que pour vous remémorer ce qui est permis ou défendu, mais consultez en premier lieu, votre docteur habituel qui vous adressera au spécialiste de votre cas, s'il le juge à propos.

Un conseil qui s'impose tout d'abord, c'est que, si bien portant que l'on soit, il ne faut faire d'excès d'aucune sorte, ni dans le sens de l'abus, ni dans celui des restrictions trop rigoristes, et surtout : pas de coktails, ce poison moderne, aussi peu que possible d'apéritifs, bref la sobriété sans ascétisme.

Les eaux minérales appropriées à chaque régime seront ordonnées par le docteur traitant. Dans la plupart des cas et surtout lorsque le malade a dépassé la cinquantaine et n'a pas à se livrer à un travail pénible, il faut supprimer la viande le soir et faire un dîner léger, potage maigre, poisson, légumes et fruits.

Il est évident que cette recommandation ne peut s'appliquer à un régime où la suralimentation s'impose.

RÉGIME DES HÉPATIQUES

Ce qui est permis : Viandes rouges (bœuf, mouton), viandes blanches : veau, poule, dinde, lapin, bien cuites et en petite quantité. Maigre de jambon chaud ou froid, sans sauce.

Œufs, en petite quantité.

Poissons maigres bouillis : Soles, limandes, merlans, etc., éviter les poissons gras tels que maquereaux, harengs, saumon, thon.

Légumes : Salades cuites, pois, carottes, pommes de terre, salsifis, artichauts, tomates, potiron, oignons, melon.

Pâtes alimentaires et pain : en quantité très modérée.

Fruits : Tous mais bien mûrs, crus ou cuits.

Laitage à volonté, sans crème, beurre non cuit.

Ce qu'il faut éviter : Les graisses, les acides, épices, crustacés et boissons alcooliques.

Dans les repas, vin coupé d'eau minérale, Vittel le matin à jeun, biscottes.

Manger modérément et rester un peu sur son appétit, une viande bien cuite à midi, légumes, fromage, fruits.

Le soir pas de viande, potage maigre, œuf ou poisson, légumes, fromage non fermenté, fruits.

Le soir au coucher infusion ou lait chaud sucré.

RÉGIME DES DYSPEPTIQUES

Ce qui est permis :

Potages maigres ou gras bien dégraissés, bouillons de légumes ou de céréales.

Viandes maigres sans sauces, rôties ou grillées, bœuf, mouton, veau, poulet, jambon, porc maigre froid, viande hachée, cervelle, ris de veau.

Poissons maigres.

Œufs très frais et peu cuits.

Légumes : Pommes de terre en purée ou au four, pois, lentilles, légumes verts, salades cuites, épinards, carottes, asperges.

Pâtes, modérément.

Fromages, frais seulement.

Lait, très peu.

Pain rassis grillé.

Boissons, vin blanc coupé d'eau minérale suivant avis du docteur.

Ce qu'il faut éviter : Sauces, beurre cuit, graisse, marinades, épices, charcuterie, conserves, fritures, crustacés, mollusques.

Poissons gras, anguille, alose, turbot, maquereaux, etc., etc.

Œufs durs, choux, champignons, oseille, aubergines, tomates, crudités, pâtisserie, fromages fermentés, fruits crus, vin pur, alcool, eaux gazeuses.

Au repas : viande rôtie ou grillée, pommes de terre, lentilles non décortiquées, légumes verts cuits, oranges, raisins, confitures.

Le soir infusion chaude sucrée.

RÉGIME DES ENTÉRIQUES

Ce qui est permis :

Potages : Légumes passés, panade de biscottes, ou de pain grillé. Bouillon de viande ou de poulet bien dégraissés.

Viandes : Bœuf, mouton, grillées ou rôties saignantes, maigres et sans sauce. Porc froid rôti maigre, veau et agneau rôtis, mais peu. Lapin rôti, jambon, gibier à plumes non faisandé et jeune. Volaille sans sauce, rôtie, ne pas manger la peau qui a emmagasiné la graisse.

Poissons : Tous poissons maigres, un peu de crustacés cuits vivants et sans excès.

Œufs : Bien frais dans les entremets comme crèmes renversées ou meringues.

Lait écrémé, caillé, fermenté (kéfir, kommys seulement) et aussi dans les entremets démoulés.

Légumes : Tous légumes en purée sauf les pois frais ou secs. Les pâtes sans œufs, le riz très cuit, artichauts, etc., sauf ceux interdits (voir suite).

Fromages non fermentés, gruyère, hollande, port-salut.

Fruits crus, très mûrs ou cuits et pas tous (voir ceux interdits).

Pâtisserie : Les gâteaux secs seulement.

Pain rassis, séché, grillé, biscottes.

Boissons : Eau pure non gazeuse, vin blanc léger ou rouge (Bordeaux) coupés d'eau, bière légère. Infusions diverses.

Ce qui est défendu : Bouillons gras, potages au lait.

Viandes : trop cuites ou en sauces ou grasses, porc chaud, lapin et volailles en sauce, conserves et salaisons, abats, toute triperie, charcuterie sauf le jambon. Gibier d'eau, gibier à poils, oie, canard.

Poissons : Poissons gras, maquereaux, sardines, thon, harengs, turbot, alose saumon, anguille, carpe, poisson fumé et conservé, mollusques.

Œufs : Sur le plat, pochés, durs, en omelettes, frits.

Lait : Non écrémé.

Légumes : Légumes frits, pommes de terre, salsifis, etc. Pois frais ou secs et légumes secs en général. Pâtes ou œufs au gratin. Légumes crus sans exception. Épinards, oseille, choux, rhubarbe, champignons.

Assaisonnements : Rien de trop épicé ni beurre cuit.

Entremets : Crèmes liquides, sorbets, glaces et tous entremets glacés. Pâtisserie en général

Fruits : Amandes, noix, noisettes, groseilles, framboises, fraises, prunes, melon, figues, nèfles, bananes, *cacao, chocolat.*

Pain : Mie de pain frais, pain complet, pain de seigle.

Boissons fortes ou alcoolisées, gazeuses, cidre non cuit, café, liqueurs, café au lait.

MENU D'UN ENTÉRIQUE

Sur les données d'aliments permis ou défendus, vous classerez vos menus comme vous pourrez en supprimant le goûter qui ne permet ni au foie, ni à l'estomac de se reposer entre les deux repas de midi et du soir.

Variez vos menus pour y faire alterner les différentes catégories d'aliments autorisés, supprimez surtout le café au lait ou le chocolat du matin. D'après le docteur Faroy.

RÉGIME DE L'OBÈSE

Ce qui est permis : Potages au bouillon de légumes, hors-d'œuvre crus, huîtres, caviar, pas de hors-d'œuvre sur canapé ni en pâte.

Poissons : Poissons maigres.

Viandes : Bœuf, mouton, veau, poule, lapin, dinde. Les viandes rouges saignantes et grillées, les blanches bien cuites et sans sauce.

Légumes : Tous légumes frais, sauf les farineux, peu de pommes de terre, salades, oseille, épinards.

Laitage et fromages modérément.

Dessert : Gâteaux secs et peu.

Fruits : Tous les fruits frais crus.

Pain rassis ou biscottes.

Peu de sel.

Boissons : Vin blanc léger et infusions chaudes, peu ou pas sucrées, même le café. Eau minérale.

Ce qui est défendu : Les graisses, viandes grasses, foie gras, charcuterie sauf le jambon maigre. Tous poissons gras, graisse d'oie, huile, beurre.

Légumes : Les féculents et farineux, sauces avec farine, les pâtes alimentaires, le sucre et les choses sucrées, pâtisseries, etc.

Boissons : Le chocolat, cacao, cidre, bière, vins sucrés, mousseux, sirops, eaux gazeuses.

MENU DE L'OBÈSE

Matin : Thé léger, avec un peu de lait et de sucre, deux tranches de pain grillé.

Midi : Un peu de viande grillée, bouillie ou rôtie ou deux œufs. Légumes frais et salades à discrétion, deux tranches de biscottes.

Dîner : Potage maigre, légumes verts frais, poissons maigres de temps à autre, fruit et pain grillé. Thé léger sans sucre.

RÉGIME DU DIABÉTIQUE

Ce qui est permis : Toutes les viandes, même charcuterie, même viande grasse, poissons, œufs sous toutes leurs formes, sauf avec farine et sucre, crème, beurre, fromages frais ou fermentés, pâtés de viande sauf la croûte.

Légumes : Oseille, poireaux, épinards, asperges, céleri, salades crues ou cuites, cresson, concombres, noix, noisettes, amandes, olives.

Tous les autres légumes autorisés mais modérément.

Pain : De soja, de gluten, pain sans mie, pain d'épice et d'amandes.

Boissons : Vin rouge, eau minérale, infusions sans sucre, bouillon de viande et de légumes. Lait et citronnade en quantité modérée.

Ce qui est défendu : Farine de toutes céréales, pâtes, semoules, macaroni, etc. Riz, maïs, lentilles, en un mot, tous les farineux, carottes, salsifis, melons, oignons et tout ce qui contient du sucre.

Tous les fruits et surtout ceux qui sont très sucrés, le miel et la pâtisserie, les confitures, bonbons, chocolat.

Boissons défendues : Bière, cidre, vin de Champagne mousseux, sirops, limonades glacés et boissons glacées.

Le sucre sera remplacé par la saccharine et l'on peut faire des gâteaux avec ce produit.

MENU DU DIABÉTIQUE

Matin : Café-crème sucré à la saccharine.

Midi : Œufs, viande grillée ou rôtie, légumes verts, salade à volonté. Noix ou amandes. Pain spécial. Vin rouge.

Soir : Bouillon de viande, poisson ou volaille, légumes verts, fromage blanc ou gruyère. Pomme. Peu de vin rouge, eau minérale.

RÉGIME DE L'ARTÉRIO-SCLÉREUX

Ce qui est permis : Potages maigres au bouillon de légumes ou au lait.

Hors-d'œuvre : Radis, tomates, concombres, huîtres, melon.

Œufs : Pas beaucoup et bien frais.

Poissons : Maigres et sans laitances.

Viandes : Bœuf, mouton, veau, volaille, porc, lapin.

Légumes : Tous, sauf choux, chou-fleur, choux de Bruxelles, épinards, asperges, truffes.

Pâtes alimentaires sans restriction, riz.

Laitages : Lait, crème, fromages non fermentés.

Entremets : Toute pâtisserie, crème, etc.

Fruits : Tous bien mûrs, confitures, gelées, etc.

Pain rassis, grillé, biscottes.

Boissons : Vins légers, eau minérale, cidre, orangeade, citronnade, café *décaféiné*, infusions.

Ce qui est défendu : Crustacés, mollusques, crevettes, escargots, etc.

Charcuterie, sauf le jambon maigre.

Viandes : Canard, gibier, viandes faisandées, marinées, fumées, salées, cervelles, friture.

Fromages fermentés.

Épices violents, café, thé.

Vins : Vins purs généreux, mousseux, etc., tout ce qui peut faire monter la tension artérielle, tout excitant du sang.

MENU FAMILIAL

Pour simplifier la tâche de mes lectrices, je leur présente ici quelques petits menus de déjeuner ou dîner journalier, dont les recettes se trouvent dans ce petit guide de la Femme au Foyer. Un simple coup d'œil sur la table des matières leur permettra de trouver de suite la recette qu'elles désirent.

Ces menus sont établis pour ne pas dépasser pour un minimum de cinq à six personnes la somme de 150 F à 180 F par personne.

Il est évident que le jour où un ou deux invités viennent s'asseoir à votre table, la dépense est dépassée si vous mettez un plat en extra.

Dans ce livre de cuisine simple, j'ai cru bon de mettre aussi quelques mets un peu plus relevés, précisément pour aider la ménagère dans l'élaboration d'un menu plus recherché soit pour une fête de famille ou pour traiter des invités.

Ces petits extras qui rompent la monotonie de la vie courante, resteront toujours un des derniers charmes de l'existence, qui en manque parfois à notre époque désaxée. La table sera toujours le dernier carré de résistance et sous notre beau ciel de France, il y a en toutes saisons de quoi la bien garnir. Puissent mes recettes y contribuer.

PROPORTIONS NÉCESSAIRES PAR PERSONNE

Viandes : nette 100 à 125 gr. ; avec os 150 gr.

Poisson : suivant leur nature, mais, en règle générale, 1 kg. de poisson convient pour six à sept personnes. Cela dépend si ce poisson constitue la pièce principale du repas ou s'il est suivi d'une viande ; dans ce dernier cas on réduit un peu le poids de l'un et de l'autre.

Légumes secs, 500 gr. pour six personnes.

Légumes verts, 500 gr. pour trois personnes.

MENUS JOURNALIERS

DÉJEUNERS

Céleri-rave rémoulade.
Blanquette de veau.
Pommes de terre purée.
Compote de fruits.

Salade de tomates.
Bœuf à la bourguignonne.
Nouilles fraîches au fromage.
Fruits frais.

Salade de choux rouges.
Côtes de mouton à la Champvallon.
Purée de pois cassés.
Fruits de saison.

Salade de tomates.
Boudins grillés.
Pommes de terre en purée.
Tartelettes aux pommes.

Radis roses.
Foie de porc sauté.
Choux de Bruxelles.
Beignets soufflés.

Coquilles de poisson mayonnaise.
Salade.
Gâteau de riz au caramel.
Fruits.

DÎNERS

Potage à l'oseille.
Bœuf en fricadelles.
Céleri-rave au gratin.
Compote de pruneaux.

Potage aux poireaux.
Matelote de congre.
Pommes de terre fondantes.
Pommes bonne femme.

Soupe à l'oignon.
Sauté de veau aux carottes.
Salade.
Yaourt.

Pot-au-feu.
Bœuf et légumes sauce tomate.
Fromage.
Oranges.

Potage julienne.
Épaule de mouton à la boulangère.
Salade.
Tarte aux fruits.

Potage Parmentier.
Lotte à la portugaise.
Poireaux à l'huile.
Fraises au sucre.

TABLE DES ILLUSTRATIONS
ET
TABLE DES MATIÈRES

TABLE DES ILLUSTRATIONS

POTAGES

HORS-D'ŒUVRE

POISSONS

LES ŒUFS

VIANDES

VOLAILLE

LÉGUMES

LES ENTREMETS

PATISSERIE

TABLE DES MATIÈRES

LES POTAGES

LES HORS-D'ŒUVRE

Hors-d'œuvre froids

LES SAUCES

LES POISSONS

Poissons d'eau douce

LES ŒUFS

LES VIANDES DE BOUCHERIE

Le bœuf

Le gibier

LES LÉGUMES ET LES PATES ALIMENTAIRES

Les légumes

Les légumes *(suite)*

Pâtes alimentaires

LES ENTREMETS

Entremets froids

Entremets chauds

LA PATISSERIE ET LA CONFISERIE DE MÉNAGE

La pâtisserie

Les petits gâteaux et petits fours

Confiserie de ménage

LES COMPOTES ET LES CONFITURES

Les compotes

Les confitures

LES CONSERVES A LA MAISON

LES BOISSONS — LES VINS — LES SIROPS

Les boissons

Les autres boissons

Les vins

Les sirops

LES RÉGIMES

LES PLANCHES EN COULEURS DE CET OUVRAGE
ONT ÉTÉ RÉALISÉES ET IMPRIMÉES
SUR LES PRESSES DE DRAEGER FRÈRES
PAR LEUR PROCÉDÉ « 301 »

LA PARTIE TEXTE A ÉTÉ ACHEVÉE D'IMPRIMER
LE 15 AVRIL 1955
PAR L'IMPRIMERIE NOUVELLE, ORLÉANS (LOIRET)

Dépôt légal : 2e trimestre 1955.
Flammarion et Cie, éditeurs n° 2899. — N° d'imp. 3467.

